

Jessica Hemberg

Livets källa kärleken – hälsans urkraft





Jessica Hemberg (f. Lassander, 1980)

Författaren har yrkeshögskoleexamen som hälsovårdare och sjukskötare (2003), specialiseringsutbildning för företagshälsovårdare YH (2005), magisterexamen i hälsovetenskaper (2007) och är behörig lärare i hälsovårdsämnen och ämneslärare i psykologi.

Författaren har bl.a. arbetat som hälsovårdare och sjukskötare men främst verkat inom hälsofrämjande kontext som företagshälsovårdare. Hon har även arbetat som vårdlärare bl.a. vid Yrkeshögskolan Novia och de senaste åren som lärare vid Öppna Universitetet (Åbo Akademi). För närvarande arbetar författaren som universitetslärare med forskning och undervisning vid Enheten för vårdvetenskap, Åbo Akademi.

Pärmsbladets bild: Jojo Nicado.

Åbo Akademis förlag
Tavastgatan 13, FI-20500 Åbo, Finland
Tfn +358 (0)2 215 3478
E-post: forlaget@abo.fi

Försäljning och distribution:
Åbo Akademis bibliotek
Domkyrkogatan 2–4, FI-20500 Åbo, Finland
Tfn +358 (0)2 -215 4190
E-post: publikationer@abo.fi

LIVETS KÄLLA KÄRLEKEN – HÄLSANS URKRAFT



Livets källa kärleken – hälsans urkraft

Jessica Hemberg

CIP Cataloguing in Publication

Hemberg, Jessica.

Livets källa kärleken – hälsans
urkraft / Jessica Hemberg. - Åbo :
Åbo Akademis förlag, 2015.

Diss.: Åbo Akademi. - Summary.

ISBN 978-951-765-788-4

ISBN 978-951-765-788-4
ISBN 978-951-765-789-1 (digital)
Oy Arkmedia Ab
Vasa 2015

ABSTRAKT

Jessica Hemberg

Livets källa kärleken – hälsans urkraft

Handledare

Docent Lisbet Nyström och Professor emerita Katie Eriksson, Enheten för vårdvetenskap, Fakulteten för pedagogik och välfärdsstudier, Åbo Akademi, Vasa.

Denna vårdvetenskapliga avhandling fokuserar hälsans ethos och människans vardande i hälsa. Det teoretiska perspektivet utgörs av den caringtradition inom vårdvetenskap som utvecklats vid Åbo Akademi. Syftet är att fördjupa och nyansera förståelsen av hälsans ethos genom att utforska människans vardande i hälsa. Forskningsfrågorna är: 1. Vad är människans kraftkälla? och 2. Vad uppenbarar kraftkällan så att människan kan uppfatta den och tillägna sig dess kraft för att varda i hälsa? Den övergripande metodologin är hermeneutisk. Materialet består av Kierkegaards verk *Kärlekens gerningar*, textmaterial från fokuserade intervjuer med människor som genomlevt ett svårt personligt lidande och Wikströms bok *Det bländande mörkret*. Alla texter tolkas genom hermeneutisk textläsning. Den nya förståelsehorisont som framtonar tolkas mot Erikssons caritativa teori, tidigare forskning inom caringtraditionen vid Åbo Akademi och mot tidigare nationell och internationell forskning på området.

Den nya förståelsen visar att människans kraftkälla är kärleken, livets kärna och ursprung. Hälsans substans är kärleken, där även tro och hopp är ingjutna tack vare dessas treenighet, vilken skapar källans förutsättning och möjliggör dess tillägnelse. Kärleken har en djupare dignitet än tro och hopp, är förbunden till evigheten och är den förenande länken mellan timlighet och evighet. Människans inre längtan har ontologisk dragning mot kraftkällan. Källan är fördold, vilket utgör och upprätthåller dess kraft. Källan bär på en mystik som har anknytning till det mörka i lidandet, vilket döljer den hemlighet som är källan till kraft. Livets mysterium är källan till kraft, som uppenbaras både i lidandets mörker och i glädjens ljus. Tillägnelse av kraft fordrar att människan har frihet, vilja och mod att se ljuset trots medvetenhet om skam och skuld. En skapande akt frigör människan för tillägnelse av kraft. Denna akt föregås av en helig närvaro där människan genom ensamhet offerar sig genom sin litenhet och svaghet, och låter sig omslutas av lidandets mörker för att upptäcka ljuset från källan. Detta möjliggör hänförelse i ett stilla görande för att uppleva det sköna som vittnar om det heliga, som skapar enhet. Genom skönheten uppenbaras kraftkällan. Människans och hälsans ethos har samma grundsubstans, medan livets ethos har den djupaste digniteten och handlar om evigheten som är mystisk och oändlig. Livets ethos, evigheten, som är en urkälla till kraft, är i sig inte kraftgivande förutan kärlekens förbund. Hälsa kan förstås i ljuset av livet, där döden utgör en ofrånkomlig del.

Livet självt utgör och skapar källan som genom förbund med evighetens urkraft genererar kraft utifrån vilken människans kraftkälla, kärleken, får sin eviga glöd. Människan är i grunden förbunden med en abstrakt annan, den första kärleken, en universell urkälla, genom vilkens gemenskap hon kan tillägna sig kraft att vardas i hälsa. Kärleken till nästan är den bärande substansen i människans vardande i hälsa. Vardandet i hälsa förutsätter ett samtida görande där människan genom sitt ethos utövar sitt mänskliga ämbete, genom att evighetens stilla krafter är i rörelse, då hon älskar nästan genom handlingar. När livet träder i förgrunden, och blir människans hem, kan hon tillägna sig kärlekens kraft. Livet självt blir bestämmande för människans vardande i hälsa. En ödmjuk grundhållning till livet utgör förutsättning för ständig tillägnelse av livskraft ur källan.

Sökord: hälsa, lidande, kraft, kraftkälla, hälsofrämjande, tro, hopp, kärlek, vårdvetenskap, hermeneutik, Kierkegaard, Wikström

ABSTRACT

Jessica Hemberg

The source of life, love – health’s primordial wellspring of strength

Supervisors

Adjunct Professor, D.Sc. Lisbet Nyström, and Professor emerita Katie Eriksson, Department of Caring Science, Faculty of Education and Welfare Studies, Åbo Akademi University, Vaasa.

This basic research focuses on the ethos of health and the human being’s becoming in health. The theoretical perspective consists of the caring tradition within caring science developed at Åbo Akademy University. The aim of the present doctoral thesis is to uncover a new understanding as well as to deepen and attain a more nuanced understanding of the ethos of health, the essence of health, by penetrating to the core of what gives the human being the strength for experiencing a becoming in health. The research questions are as follows: 1) What is the human being’s source of strength? and 2) What reveals the source of strength so that the human being can perceive it and dedicate its strength in order to experience a becoming in health? The primary methodology used in the dissertation is hermeneutical. The material consists of the work *Kärlekens gerningar* by Kierkegaard, texts from focused interviews with respondents who have lived through severe personal suffering, as well as the book *Det bländande mörkret* by Wikström. These texts are interpreted through hermeneutical reading. The new horizon of understanding that emerges is reflected towards Eriksson’s caritative theory, towards prior research within the tradition of caring science at Åbo Akademy University and towards previous national and international studies within this field.

The new understanding shows that the human being’s source of strength is love, the essence and origin of life. The substance of health is love, which, through the trinity of faith, hope and love, also makes possible the existence of the source of strength. Love has a deeper dignity than faith and hope, is connected with eternity and is the uniting link between temporality and eternity. The human being’s inner longing entails an ontological attraction towards the source of strength. This source of strength is hidden, which provides and maintains its force, like a mystery connected with the darkness of suffering that hides the secret representing the source of strength, life’s mystery, but which is revealed in both the darkness of suffering and in the light of joy. The dedication of strength requires freedom, willingness and courage to see the light, despite awareness of shame and guilt. Creative acts liberate the human being for the dedication of strength, which is preceded by a holy presence where, in solitude, the human being makes sacrifices for the sake of his or her human smallness and weakness, and allows himself or herself to be enclosed by the darkness of suffering to

discover the light from the source. This entails being enraptured in a quiet “doing” in order to experience the beauty that bears witness to the holy which creates unity. The source of strength is revealed through beauty. The ethos of the human being and the ethos of health have the same fundamental substance, whilst the ethos of life possesses the deepest dimension and concerns the mysterious and infinite eternity. The ethos of life, eternity, which is a wellspring of strength, is not in itself strength-giving unless it is allied with love. Health can be understood in the light of life, of which death is an inevitable part.

Life itself constitutes and creates the source which, through its alliance with eternity’s primordial wellspring of strength, generates strength from which the human being’s source of strength, love, receives its eternal fervour. The human being is fundamentally interconnected with an abstract other, the first love, a universal wellspring of strength. Through Communion with this abstract other a dedication of the strength to experience a becoming in health becomes possible. Love for one’s neighbour is the fundamental substance in the movement of becoming in health. Becoming in health presupposes a simultaneous movement in which the human being practices the human calling through ethos. As one loves one’s neighbour through actions the still forces of eternity are in motion. When life emerges in the foreground and becomes the home of the human being, a dedication of the power of love is possible. Life itself determines the human being’s becoming in health. A humble fundamental attitude towards life constitutes the basis for a continuous dedication of vitality from this source.

Keywords: health, suffering, strength, source of strength, health promotion, faith, hope, love, caring science, hermeneutics, Kierkegaard, Wikström

FÖRORD

Det är en fascination och förundran kring hälsans väsen som fört mig på forskningens vägar. Tack vare en uppväxtmiljö där ohälsa och lidande inte varit främmande har tankar om livets dyrbarhet ursprungligen fötts och slagit rot inom mig, vuxit sig stark och antagit formen av ett brinnande intresse för hälsa. Min fascination har kommit till uttryck dels genom ett behov av att själv genom forskning tränga djupare in i ämnet och dels genom en genuin vilja att hjälpa och lära människor om hälsa för att öka förståelsen kring det goda vårdandet generellt och samtidigt bidra till att den enskilde bevarar sin hälsa.

Det har varit oerhört spännande att få följa med på den resa av oanade upptäckter och insikter som min forskning fört mig på. Under resans gång har jag fått vandra de vägar som driver och inspirerar mig mest, nämligen på människans, hälsans, lidandets och därmed på själva livets väg. Jag har fått möjlighet att läsa, reflektera och filosofera kring aspekter som ligger mig nära hjärtat, nämligen livets ursprung och omständigheter. Jag har fått leva ut mina funderingar kring dessa och samtidigt haft äran och möjligheten att skapa en egen avhandling inom ämnet. Mitt varmaste tack går till min handledare docent Lisbet Nyström som efter magisterstudierna inbjöd mig att påbörja forskarstudier. Genom ditt glada och naturliga sätt har du alltid skapat en inbjudande atmosfär under våra handledningstillfällen, och ditt sätt att lyssna till mina tankar och ställa frågor har vidgat förståelsehorisonten och gett den egna undran rörelse och riktning. Tillsammans har vi fört många berikande och fruktbara dialoger kring hälsa, lidande och liv. Tack för alla fantastiska samtal! Stundtals har det varit frustrerande att inte förstå men ändå tillåta sig att väntande vara i detta oförstånd tills den nya och oanade förståelsen plötsligt likt en hänförelse uppenbarat sig. Detta har vittnat om att vägen alltså är framkomlig, även då jag kommit in på villovägar eller förblindats av kreativitetens oreda.

Jag vill även rikta ett ödmjukt tack till min andra handledare professor emerita Katie Eriksson som gett mig oerhört värdefulla kommentarer under forskningens gång, inte minst i dess slutskede. Ett varmt tack går även till professor Lena Wiklund Gustin och docent Maud Söderlund för omsorgsfull förgranskning av min avhandling och klargörande ståndpunkter. Stort tack även till FD Barbro Wiik

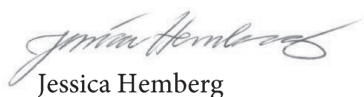
för den svenska språkgranskningen och till FD Marinella Rodi-Risberg för varsamt förfarande och exakthet gällande granskning av det engelska språket. Tack till pedagog Sören Granlund och medieassistent Magnus Blusi vid EduLab på Tritonia för hjälp med teknisk layout. För ekonomiskt understöd vill jag framföra ett stort tack till: Victoriastiftelsen, Finska Kulturfonden, Högskolestiftelsen i Österbotten och Svensk-Österbottniska Samfundet. Tack även till Stiftelsen för Åbo Akademi för bidrag till anskaffning av vetenskaplig litteratur och stipendium för den engelska språkgranskningen.

Denna avhandling tillägnas min man och livskamrat Håkan för hans kärlek och vänskap samt till våra älskade barn Isak, Lovisa och Lydia. Tack för den glädje och lycka ni ger. Det är inget att ta för givet, inte sällan upplever jag förundran, tacksamhet och ödmjukhet inför detta, livets mysterium. Kärleken ger kraft. Det är ni som tydliggör livet och kraftkällan för mig. När man älskar någon får man kraft att leva.

Tack även till mina kära föräldrar Viveka och Bertel Lassander för att ni aldrig tvivlat på min förmåga och alltid envetet fostrat mig till att tro på mig själv och söka min egen väg. På detta vis har ni redan i unga år berett vägen och gett mig frihet och tid att vara i kreativitetens mångahanda rum. I Topeliusgymnasiet i Nykarleby fick mitt intresse för filosofi, teologi och psykologi samt att själv producera texter glöd. I en småstadsidyll finns god grogrund för sunda värderingar och en trygg uppväxtmiljö. De vackra minnena från min barndomsstad kommer alltid att bli kvar i mitt hjärta.

Korsholm, Böle – *i vårens ljusa tid*

den 2 april 2015



Handwritten signature of Jessica Hemberg in cursive script.

Jessica Hemberg

INNEHÅLL

I.....	1
1 ÖPPNANDE AV STUDIENS TEMATIK.....	1
2 STUDIENS TEORETISKA PERSPEKTIV.....	15
2.1 Vårdvetenskapens ethos och värdegrund.....	15
2.2 Ontologiska utgångspunkter.....	19
3 STUDIENS SYFTE, FRÅGESTÄLLNINGAR OCH DESIGN.....	25
II.....	31
4 STUDIENS SIKTE OCH FÖRFÖRSTÅELSE.....	31
4.1 Nationella och internationella forskningar.....	31
4.1.1 Människans inre styrka – en kraft till hälsa.....	33
4.1.2 Livsmening genom bekräftad värdighet – en kraft till hälsa.....	36
4.1.3 Tro – en kraft till hälsa.....	37
4.1.4 Hopp – en kraft till hälsa.....	39
4.1.5 Livskraft genom förbundenhet med livet självt – en kraft till hälsa.....	44
4.1.6 Sammanfattning av nationella och internationella forskningar.....	45
4.2 Forskning inom caringtraditionen vid Åbo Akademi.....	48
4.2.1 Hälsans förbundenhet med ethos.....	48
4.2.2 Hälsans förbundenhet med tro, hopp och kärlek.....	49
4.2.3 Hälsans förbundenhet med evigheten och den abstrakta andra.....	52
4.2.4 Hälsans förbundenhet med döden och lidandet.....	54
4.2.5 Sammanfattning av forskning inom caringtraditionen – ett nytt öppnande.....	60
III.....	69
5 STUDIENS HERMENEUTISKA TRADITION.....	69
5.1 Text och textläsning.....	71
5.2 Material och metod.....	75
5.2.1 Studiens litterära texter.....	76
5.2.2 Intervjuteexter.....	80
5.2.3 Hermeneutisk textläsning.....	83
6 STUDIENS ETISKA VÄRDEGRUND.....	91
IV.....	97

7 RESULTAT	97
8 KIERKEGAARDS BIDRAG – HÄLSANS SUBSTANS – KÄRLEKEN.....	101
8.1 Kärleken – alltings ursprung och kraftkälla.....	103
8.2 Källans fördoldhet utgör en kraft.....	105
8.3 Kraftkällan bär evighetens drag.....	107
8.4 Människans inre längtan efter kraftkällan skapar rörelse mot den.....	107
8.5 Tillägnelse av kraftkällan kräver att människan offrar.....	109
8.6 Kärleken fullbordas genom handling.....	113
8.7 Tro och hopp på kraftkällan ger kraft.....	115
8.8 Kärleken har en djupare dignitet än tro och hopp.....	117
8.9 Döden och livet självt öppnar för någonting nytt.....	118
8.10 Sammanfattande teser	121
9 INTERVJUSTUDIENS BIDRAG: DEN VARDANDE MÄNNISKANS VÄG TILL HÄLSA. 123	
9.1 Mystiken kring den eviga kraftkällan ger livet nytt ljus.....	127
9.2 Människan kan finna kraft inifrån.....	128
9.3 Kärlekens urkraft uppväcker kärleken till nästan	129
9.4 Människans rörelse mot kraftkällan går via en skapande akt.....	131
9.5 Människans litenhet och svaghet utgör förutsättning för tillägnelse av kraft.....	134
9.6 Lidandets mörker och hemlighet skapar rörelse.....	139
9.7 Genom att ge kärlek fås kärlek och kraft tillbaka.....	141
9.8 Ödmjukhet är vital för tillägnelse av ständig kraft.....	142
9.9 Tro på kraftkällan skänker inre visshet och ödmjukhet genom livets provisorium.....	143
9.10 Sammanfattande teser	149
10 WIKSTRÖMS BIDRAG: LIVETS MYSTERIUM – EN DOLD KÄLLA TILL KRAFT.....	151
10.1 Kraftkällans mystik har anknytning till det mörka i lidandet.....	152
10.2 Kraftkällan är fördold men uppenbarad genom livets mysterium.....	153
10.3 Kraftkällan utgör människans egentliga hem – hennes ethos.....	154
10.4 Tillägnelse av kraft innebär att bejaka ljuset i källan trots skam och skuld.....	155
10.5 I den skapande akten är kraftkällan närvarande och verksam trots sin fördoldhet.....	157
10.6 Tillägnelse av kraftkällan förutsätter att evighetens stilla krafter är i rörelse.....	159
10.7 Sammanfattande teser	159

V	161
11 NY FÖRSTÅELSEHORISONT.....	161
11.1 Ny förståelsehorisont i relation till tidigare forskning.....	206
12 KRITISK GRANSKNING OCH EVIDENS	211
12.1 Studiens revidering.....	211
12.2 Framtida horisonter för forskning.....	217
Summary	234
REFERENSER.....	246

BILDER

Bild 1. Studiens design.....	28
Bild 2. Människans kraftkällor enligt Eriksson.....	164
Bild 3. Människans kraftkälla.....	166

TABELLFÖRTECKNING

Tabell 1. Schematisk framställning av studiens syfte, material och metod.....	76
---	----

FÖRTECKNING ÖVER BILAGOR

Bilaga 1. Vårdvetenskapliga axiom och teser
Bilaga 2. Ansökan till etiska nämnden
Bilaga 3. Utlåtande från Forskningsetiska nämnden
Bilaga 4. Förfrågan om deltagande i forskningsprojekt
Bilaga 5. Samtycke till deltagande
Bilaga 6. Intervjuguide
Bilaga 7. Tabell över förslag till revidering av axiom och teser

I

1 ÖPPNANDE AV STUDIENS TEMATIK

Vilja till mening, liv och kärlek
utgör varje rörelses ledande orsak.

Eriksson, 2000, 27

Alla föredrar innerst inne att vara sig själva. Människan har ett väsen inom sig och varje väsen har en naturlig strävan efter att vara verkligt¹. Sanningen² är alltid en rörelse mot människans väsen, mot det eviga och bestående. Människans väsen söker efter att få träda fram. Det är avgörande för människan att hon vill framträda i sitt väsen. Om hon inte får vara sig själv vill hon kanske inte heller vara till³. Genom att verkligt förstå människan och hennes väsen kan *människan*⁴ ges möjlighet att få träda fram så att sanningen inom henne kan få komma fram. Det mest tragiska är att inte vilja vara den man är.⁵ Med detta menas att hälsa förutsätter att människan vill och får vara till i sitt verkliga väsen. Även om hon ibland tillsynes framträder som formlös och orörlig i sitt lidande så finns där alltid det eviga ingjutet utifrån vilket hennes egentliga väsen kan träda fram. Många människor idag upplever ohälsa och har allt svårare att finna kraft för att främja och uppehålla sin hälsa⁶. Är det så att människan idag ogärna framträder som sitt inre väsen?⁷ Varför betonas yta och fasad allt mer, räds människan sitt inre?

¹ Med *väsen* avses här det eviga och bestående.

² Med *sanningen* avses här en universell form av sanning.

³ Jfr Cusanus (i Helander, 1999): "Människan vill icke vara till om hon inte får vara människa."

⁴ Egen kursivering används här eftersom jag vill lyfta fram människan som central i denna studie. *Människan* utgör ett ontologiskt begrepp, och i denna studie använder jag mig genomgående av kursivering när jag särskilt vill betona något.

⁵ Eriksson hänvisar till Kierkegaard (föreläsning 26.4.2013 vid Åbo Akademi).

⁶ *Hälsa* som begrepp härstammar från fornsvenskans 'hel' och betyder också 'heil', 'helig' och 'lycka', 'frälsning', skriver Eriksson (1989). Människan förutsätts ha kontakt med sin innersta kärna, med andligheten och religiositeten för att uppleva sig som 'helig', skriver författaren vidare och hänvisar till E.H. Erikson och Frankl.

⁷ I relation till detta kan lyftas fram att det för en människa är väsentligt att hon blir bemött på den livsförståelsenivå hon befinner sig, skriver Rehnfeldt (1999). Om hon inte blir det kan hon inte varda i livsförståelse och livsmening. Rörelsen i hälsoprocesserna uteblir och hon hamnar i ett

Hur kan människan bevara sin hälsa? Hur kan hon finna kraft i vardagen, eller återfinna kraft för att återuppbygga sin hälsa⁸ då hon genomgår ett svårt personligt lidande? Varför finner en del kraft och andra inte? Varifrån kommer kraften, var har den sin hemvist, var finns dess källåder⁹? Finns det överhuvudtaget en kraftkälla¹⁰, en människans kraftkälla¹¹, vad består den i, eller finns det flera olika källor? Finns det rentav en urkälla?

Människan har i långa tider fascinerats av och förundrats över sin hälsa. Det tycks ligga någonting gåtfullt kring hälsan, eftersom den inte visar sig fullt ut. Den ter sig desto mer svåråtkomlig, ju närmare man försöker studera den. Sjukdom visar sig däremot tydligare, men liksom Gadamer¹² skriver, framträder inte hälsa som sådan. Han menar att det ligger i hälsans gåtfulla natur att den inte låter sig fångas. Mystiken kring hälsans väsen är utan tvekan en av anledningarna till att människor

outhärdligt lidande, ett livsförståelsemörker med ontologisk övergivenhet. Mötet i lidandekampen ses kunna skapa livsmening för hälsans utveckling.

⁸ Jfr Antonovsky (1991).

⁹ Begreppet 'källa' står för något livgivande; jfr Joh. 4:14: "Men den som dricker av det vatten jag ger honom blir aldrig mer törstig. Det vatten jag ger blir en källa i honom, med ett flöde som ger evigt liv."

¹⁰ Följande synonymer används för ordet *källa*: *vattenställe, vattenhål, källsprång, källåder, källflöde, källdrag, springflöde, brunn, täkt, ursprung, början, utgångspunkt, upphov, upprinnelse* och *orsak*. Följande synonymer används bl.a. för ordet *brunn*: *brunnsort, hälsobrunn* och *hälsokälla*. (Walter, 2000)

¹¹ Eriksson (1994) omtalar den arkimediska medelpunkten i människan som en kraftkälla. Denna kraftkälla kan jämföras med människans grundläggande tillit till någon eller något, och kraften ger upphov till en längtan efter någonting, likt en törst. Detta får människan att söka efter en källa som kan stilla törsten, och om hon finner det växer längtan efter att nå mer av källans hemlighet. På detta vis fortsätter denna spiral och det genereras ständigt ny kraft innerst inne. Den innersta rörelsen, livskraften hos människan, kan antingen ge upphov till lust eller olust, och genom lust uppkommer människans längtan. Om människan redan från början bara upplever olust känner hon inte sin längtan eller törst. Längtan driver henne att söka sig mot en källa för att stilla sin törst. Graden av längtan stegras vid den upplevelse av lust som källan föder, och människan söker sig på nytt till källan, varpå ny kraft genereras ur källan. Människans medvetenhet och vardande som människa försätts därmed igen i rörelse.

¹² Gadamer (2003) skriver om *den gåtfulla hälsan*; Gadamer (1996) menar att hälsa har en dold karaktär, en egendomlig balans, ett tillstånd av inre samstämmighet med en själv och kan inte mätas genom yttre kontroll. Hälsans inre dimension är en del av människan som en levande varelse. Även om hälsan förblir dold, gestaltar den sig genom en allmän känsla av välbefinnande. Detta välbefinnande gör att människan förmår förlåta sig själv och är beredd att möta nya utmaningar. Hälsa är enligt Gadamer ett tillstånd av jämvikt, livets bestående rytm, där olika krafter tar ut varandra och jämvikten återställer sig.

ständigt fortsätter ”leta efter spår i sanden”, dvs. försöker komma dess hemlighet på spåren.

Syftet med denna studie är att fördjupa och nyansera förståelsen av hälsans ethos¹³ genom att utforska människans vardande i hälsa. Idén till denna studie har huvudsakligen fötts och formats genom vårdvetenskapliga studier under början av 2000-talet och speciellt genom min tidigare studie ”Den hälsobringande relationen – en hermeneutisk studie om det hälsobringande i vårdandet vid hälsogranskningar”¹⁴, där det centrala resultatet visade att det hälsobringande utgår från människans ethos och etiska grundhållning. Ethos¹⁵ handlar om det goda livet där man känner sig hemma. När människan bejakar sitt ethos är hon lyhörd för det egna hjärtats röst. Ethos gestaltar människans allra innersta rum där hon framstår okonstlad i egenskap av sitt verkliga jag. Att fortsätta med denna studie där kunskapsintresset och fokus riktas mot en fördjupning av hälsans ethos¹⁶ är därför naturligt. Resultatet i den tidigare studien pekade även på att den hälsofrämjande substansen är densamma, oberoende av kontext. Därmed uppstod behovet av att tränga vidare in i tematiken på en ontologisk nivå. Studien, som hör till systematisk grundforskning¹⁷, görs inom ramen för forskningsprogrammet vid Enheten för vårdvetenskap, Åbo Akademi¹⁸. Jag önskade penetrera ontologiska frågor genom att gå in i kärnbegreppet hälsa och valda axiom som formats vid Enheten för vårdvetenskap (se kap. 2.2). I tidigare doktorsavhandlingar som gjorts inom samma forskningsprogram finns forskningsresultat som antyder

¹³ *Hälsans ethos* avser i denna avhandling hälsans innersta rum hos människans, hennes sanna väsen, där hon framstår okonstlad och upplever sig hemmastadd. När människan upplever sig hemma i sig själv, har hon en inre frid som gör att hon kan tjäna sitt mänskliga ämbete (verka genom kärleken till nästan); Jfr Gabrielsen (2014).

¹⁴ Lassander (2007), som är nuvarande Hemberg.

¹⁵ *Ethos* kan uppfattas som en tonart, eller melodi, som får människan att se det eviga och det heliga (Eriksson & Lindström, 2003). Tonen manar till vakenhet för djupare insikt i verkligheten. I ethos finns en tanke om gemenskap. Ethos har sin ursprungliga referens i ’hem’ (Eriksson & Lindström, 2003 som hänvisar till Kemp).

¹⁶ Med *hälsans ethos* avses i denna studie hälsans innersta rum hos människans, hennes sanna väsen, där hon framstår okonstlad och tjänar sitt mänskliga ämbete.

¹⁷ Denna studie hör till kategorin för grundforskning med fokus på substans, dvs. tyngdpunkten ligger på att söka svar på vad-frågan.

¹⁸ Min studie grundar sig på den caringtradition i vårdvetenskap, som skapats och utvecklats vid Enheten för vårdvetenskap, under ledning av professor Eriksson. Valet av denna tradition är given för mig, eftersom den sätter människan och hennes värdighet i centrum. Som helhet bygger traditionen på caritasmotivet, dvs. kärlek och barmhärtighet, och vill bevara människans värdighet genom att lindra lidande och tjäna hälsa och liv (Eriksson & Lindström, 2000).

kunskapsluckor gällande den ontologiska hälsan och människans vardande i hälsa (se kap. 4.2).

Forskning om hälsa och hälsofrämjande i Finland har de senaste åren varit aktiv och betydelsen av att främja, stödja och bevara betonas generellt på många plan¹⁹. Hälsa är en fundamental rättighet för varje människa som bekräftar värdigheten, dvs. att varje människa har ett eget värde²⁰. Hälsa som en fundamental rättighet innebär jämställda rättigheter och ansvar samt förpliktelser såsom ansvar för allas hälsa. Ur ett folkhälsovetenskapligt perspektiv har hälsobegreppet med tiden utvecklats till att allt mer omfatta aspekter som livskvalitet och ett individuellt perspektiv på hälsa. Ur detta perspektiv omtalas att människor som har tillit till livet och en stark känsla av inre sammanhang²¹ har bättre hälsa och uthärdar olika lidanden²². Sett ur ett sociologiskt perspektiv betraktas kategorier som *hanterbarhet*, *begriplighet* och *meningsfullhet* som viktiga för känsla av inre livssammanhang.²³ Enligt Antonovsky²⁴ utgör meningsfullhet i livet det mest avgörande för upplevelse av hälsa. M. Eriksson (2007) som utgår från Antonovsky menar att känsla av sammanhang har inverkan på hälsa och livskvalitet²⁵. Hon menar att *livet levs hela tiden i floden*²⁶ och människan gynnas av att lära sig att simma²⁷. Känsla av sammanhang är en viktig bidragande faktor för utvecklandet och uppehållandet av hälsa, den utgör en hälsofrämjande källa som stärker det positiva subjektiva hälsotillståndet. När Antonovsky²⁸ omtalar vikten av att kunna hantera, begripa och uppleva mening i livet för att kunna ha hälsa menar M.

¹⁹ I Social- och hälsovårdsministeriets folkhälsoarbete finns flera olika program för främjande av hälsa i Finland, t.ex. "Hälsa 2015" och det nationella utvecklingsprogrammet för social- och hälsovården.

²⁰ Strandmark (2007).

²¹ Eng. *Sense of coherence*.

²² Hävdas enligt det *Salutogenetiska perspektivet*.

²³ Antonovsky (1991; 1993).

²⁴ Antonovsky (1991).

²⁵ Författaren nämner att den samtidigt fungerar som grindvakt och reducerar stress.

²⁶ Författaren använder metaforen 'flod' för att beskriva det paradigmskifte som den salutogena teorin och hälsofrämjande i relation till hälsovården och medicinen. Hon menar att det inte är tillräckligt att främja hälsa genom att undvika stress eller genom att bygga broar så att människor inte faller i floden.

²⁷ M. Eriksson (2007) vill på ett enkelt sätt visa på likheter och olikheter mellan medicinen (vård, behandlingar) och hälsovården (t.ex. prevention) genom att använda schemamodellen "Hälsa i livets flod". M. Eriksson förflyttar perspektivet och tyngdpunkten från medicin till hälsovård.

²⁸ Antonovsky (1991; 1993).

Eriksson (2007) att känsla av sammanhang har inverkan på både hälsa och livskvalitet. I jämförelse med ovanstående skiljer sig Erikssons²⁹ vårdvetenskapliga teori om hälsa, eftersom hon inte betonar att människan fullt ut behöver begripa eller förstå sig på livets mysterium för att kunna *varda i hälsa*. Hon betonar snarare att människan genom förundran och vördnad inför hela livets³⁰ härlighet och helighet ska finna kraft att *varda i hälsa* trots lidande.³¹ Hon lyfter även fram vikten av människans upplevelse av mening och sammanhang i livet som väsentliga för hälsan³². Även Frankl (1986) tar upp meningen med livet samt människans egen drivkraft i form av vilja. Lindholm (1998) tar också upp livsmeningen, liksom människans hållning och värden i livet som viktiga för att en förändring i hälsan ska vara möjlig. Därtill betonar Lindholm i likhet med Frankl vikten av inseende i livets verklighet och olika omständigheter, såsom t.ex. lidande. Lindholms och Frankls teorier sammanfaller på flera plan, t.ex. gällande medvetenhet hos människan om det goda och det onda, och att hon har en valfrihet att själv välja i sitt liv. Söderlund (2004) beskriver lidande som ett ingenmansland, där människan blir helt kraftlös av lidandets kamp, som handlar om kampen mellan det onda och det goda. Ytterst kan denna kamp sägas handla om en kamp för att beviljas tillstånd för att få leva.

För att kunna tala om hälsa och för att kunna främja hälsa poängteras därför att människans liv som helhet bör beaktas liksom hennes tidigare erfarenheter och hennes personliga syn på hälsa. För att förstå³³ hälsa förutsätts att människan förstår den som en del av det mänskliga livet³⁴ och utgångspunkten är därför att se

²⁹ Varje gång jag använder Eriksson som referens i min studie hänvisas till Katie Eriksson.

³⁰ Med *Livet* förstås i denna studie inte bara människans liv, utan även hela universums liv, dvs. jag omfattar även den universella existensen.

³¹ Hälsa och lidande hör samman, menar Eriksson (1994). Det sägs att människan kan uppskatta sin hälsa först då hon erfarit sjukdom. Människan blir mera medveten om kontrasterna och möjligheterna med sina egna inre resurser via lidandet, vilket ger hälsan en mening. Lidandets övergripande mening är att överleva. K. Eriksson hänvisar till Kierkegaard som skriver om när ödmjukhet och stolthet vävs samman i en enhet, ett slags elementens kamp. I denna förening har människan nått *den arkimediska punkten*, en kraftkälla som ligger utanför rummets och tidens begränsning samt utanför världen.

³² M. Eriksson (2007) menar att känsla av sammanhang har inverkan på hälsa och livskvalitet. Känsla av sammanhang är en viktig bidragande faktor för utvecklandet och uppehållandet av hälsa, den tycks utgöra en hälsofrämjande källa.

³³ Jfr Josefson (1985, 24) som skriver: "Förstå innefattar en process som inte är mekanisk. Att förstå något kan kräva tid och reflektion för att det skall kunna införlivas i en människas begreppsvärld."

³⁴ Eriksson (1989).

hälsa som en naturlig del av människan³⁵. Enligt Eriksson (1989, 1995) har den existentiella dimensionen gällande förståelse av hälsa en avgörande position, där människans egna upplevelser av livsmening spelar en central roll. Det som i denna studie tas fram i ljuset beträffande förståelse av hälsa är den helhet som innebär själva livet. *I denna studie betraktas därför hälsa utifrån ett ontologiskt perspektiv, vilket innebär att det sätts en speciell betoning på de andliga, existentiella och universella dimensionerna kring förståelse av hälsa*³⁶.

Ur ett vårdvetenskapligt ontologiskt perspektiv på hälsa³⁷ omtalas att den handlar om en process av tillblivelse som uppkommer i spänningen mellan ett varande och ett icke-varande, en rörelse mellan motsatser. Rörelsen är beroende av livskraften i kropp, själ och ande. Rörelsens ledande orsak utgörs av människans vilja till mening, liv och kärlek.³⁸ Människans aktuella livssituation, hennes bakgrund och hennes egen uppfattning om sitt tillstånd kan inte uteslutas ur helhetsförståelsen av hennes hälsa, utan att något essentiellt går förlorat.

Utifrån det ontologiska perspektivet³⁹ kan ses att människans *vardande i hälsa* är beroende av livskraften som finns i hennes kropp, själ och ande. Den vardande rörelsen i hälsa förutsätter en medvetenhet hos människan om det goda och det

³⁵ Eriksson (1989) betonar att människan *är* hälsa.

³⁶ Detta innebär ingalunda att någon dimension av människan förbises i studien, i stället är studien öppen inför människans alla dimensioner, av enheten kropp, själ och ande, som kan träda fram i vardandet.

³⁷ Enligt Eriksson (1989) betyder "vara hälsa" inte nödvändigtvis det samma som att befinna sig väl. Mänsklig ohälsa är ett avsteg från den naturliga människan. "Ohälsa är en följd av att människan mött olika slag av hinder och med större eller mindre framgång försökt bemästra dessa hinder", skriver Eriksson (1989, 11). Ohälsa uppkommer därmed på grund av hinder inom och utanför människan samt i samspelet mellan dessa dimensioner. Hälsa ses alltså som någonting grundläggande och naturligt. Människans liv är en ständig kamp mellan gott och ont och därför gäller det att balansera detta genom den s.k. "gyllene medelvägen", som kan sägas stå för den naturliga hälsan. Att uppleva sig själv som en hel människa är att "vara hälsa". En människa som upplever sig som hel känner vördnad inför sitt eget liv, en helighetskänsla inför sig själv som människa och för sin unikheter. Förutsättningen för att människan ska uppleva denna helighet är att hon förmår möta sin innersta kärna och har modet att överlåta sig till sitt inre väsen, sin andlighet.

³⁸ Eriksson (1989); Jfr Hälsa har betydelse endast om livet har en mening (Eriksson, 1989; Lindholm, 1998; Eriksson och Herberts, 1992) och jag vill med min studie belysa hälsa ur ett brett perspektiv, med livet som grund.

³⁹ Utgående från Eriksson (1989).

onda, hon behöver frihet och styrka såsom mod, trohet och vilja⁴⁰. Människan kommer inte in i en vardande rörelse om hon inte själv vill⁴¹, om hon inte längtar efter att uppleva liv och kärlek. Om hennes liv saknar mening vill hon inte liv och kärlek och kämpar inte heller för sin hälsa. Hos en människa som saknar vilja till mening, liv eller kärlek finns det med andra ord ingen rörelse, hon har inget intresse av att bevara och uppbygga sin hälsa. Meningsfullhet såsom t.ex. livsmening är viktig för rörelse och för förändring i hälsan. Utöver livsmening är hennes hållning och värden i livet essentiella för hennes vilja till förändring i hälsa. Utifrån den ontologiska hälsomodellen⁴² ses hälsa som *ett vardande*, en rörelse mot en djupare enhet. Enligt modellen sker en utveckling av människans hälsa mot en helighet och det djupaste motivet utgörs av hennes längtan efter värdighet. Genom sin förening med lidande blir hälsa en enhet, och människan upplever en helighet. Därmed sagt vill jag i denna studie betona att hälsa inte kan förstås utan att inkludera lidande i förståelsehorisonten, dvs. att se hälsa i ljuset av lidande. Utifrån ovanstående resonemang avses i denna studie att människan hindras från att komma närmare sig själv och bli medveten om sitt eget väsen för att nå sin egen *enhet* om hon räds sitt lidande. Genom denna förståelse gör sig frågan om huruvida hälsa därför mest fruktbart kan studeras och förstås i förhållande till lidande och i ljuset av människans existentiella dimensioner. Likaså inställer sig frågan gällande hur människans vitala livskraft kan tillägnas, lika så varifrån denna härstammar.

Eriksson (1989) omtalar att det finns fyra kraftkällor hos människan utifrån vilka hon erhåller kraft: hennes relation eller kärlek till självet, hennes relation till en konkret annan, naturen och förmågan att älska det levande samt relationen till den abstrakta andra⁴³ och förmåga att hämta kraft ur denna relation. Denna studie tar steget vidare utifrån Erikssons och Lindholms teorier med avsikt att fördjupa tematiken genom att utreda och utforska mer om dessa kraftkällor och huruvida det råder skillnader i dessa källors förhållande till varandra. Förhåller det sig så att

⁴⁰ Lindholm (1998); Med detta avses i denna studie att om människan fruktar sitt lidande hindras hon från att komma närmare sig själv och bli medveten om sitt eget väsen för att nå sin egen *enhet*. Meningsfullhet såsom t.ex. livsmening är viktig för rörelse och för förändring i hälsan. Människans livshållning och livsvärden har betydelse för vardandet.

⁴¹ Här avses att människan upplever en vilja till mening.

⁴² Eriksson m.fl. (1995).

⁴³ Med ”Den abstrakta andra” eller ”den abstrakta andra” avses i min studie en transcendent eller andlig dimension.

det finns en urkälla, en kraftkälla som är bärande för människan, som är samma och universell för alla människor? Är det så att människan kan hämta kraft ur denna så att hon sedan lyckas tillägna sig samma kraft ur (vardagliga och personliga) partikulära kraftkällor som kan sägas utgöra de för människan själv unika källorna? Om det finns en universell urkälla och partikulära kraftkällor, hur ser den s.k. urkällan till kraft i så fall ut, vad betstår den av och hur ser vägen till den ut?⁴⁴ Har vägen något att säga om själva källans väsen? Handlar urkällan om något så stort och existentiellt som människan inte kan rå på? Är det något i livets innersta väsen som rent av formar eller utgör kraftkällan där urkraften har sin hemvist? Livets källa som föder, livnär och bygger upp allting samt håller människan levande antas uppbevara urkraften. Kan det vara så att urkraften finns dold i kärlekens väsen? Eriksson (1987) skriver att Kierkegaard utgår från tanken i Lukasevangeliet 6:44 då han skriver att kärlekens källa är hemlighetsfullt fördold i människans inre. Kärleken är som en källa som ständigt är i rörelse och har evigheten inom sig. Eriksson (1987) menar även att kärleken är människans och livets största kraft, men även hemlighet⁴⁵. Gadamer (2003) skriver i likhet med Eriksson att hälsan är gåtfull och att det i förhållande till människans hälsa finns någonting som ligger fördolt. Det är alltså stora existentiella frågor om människan, hennes väsen och tillvarelse i livet som pockar på och begär att få bli besvarade.

Människans hälsa kan förstås genom en vid synvinkel där helheten fokuseras, dvs. där människans rådande livssituation, hennes historia och hennes egen uppfattning om sin situation och hälsa borde inkluderas i den totala helhetsförståelsen. Jag anar att en form av större existentiell dimension i relation till människans djupare liv behöver inbegripas i helhetsförståelsen av hälsa. En sådan form av förståelse för människans djupare livsvillkor ter sig inom ramen för det tidigare forskningsfältet som otydlig. Exakt vad denna existentiella dimension handlar om och vilken dess inverkan på människan är pockar på och väntar på att bli avtäckt. För att förstå människans liv och hälsa har jag valt ett vårdvetenskapligt sätt att se på och förstå människan och hennes vara i livet. Mitt sätt att se genom det ontologiska perspektivet innefattar att tyngdpunkten sätts på de existentiella

⁴⁴ Frågan om hur människan erhåller vilja till mening och kärlek i sitt liv gör sig även gällande.

⁴⁵ Kärleken ses som en källa som ständigt är i rörelse och har evigheten inom sig som den viktigaste kraftkällan inom den enskilda människan, t.o.m. djupare än tron. Utifrån detta uttalande ställer jag mig frågande huruvida det råder skillnader beträffande graden av dignitet mellan kärleken, tron och hoppet? Utgångsantagandet i min studie är att det kan vara så.

och andliga⁴⁶ dimensionerna kring förståelse av människan, livet och hennes *vardande i hälsa*⁴⁷. Enligt Eriksson⁴⁸ kan man särskilja människans andliga erfarenheter genom att ange följande former: andligt existentiella erfarenheter, andligt religiösa erfarenheter och andligt kristna erfarenheter. Att denna studie har sökarljuset inriktat på de andligt existentiella erfarenheterna innebär t.ex. att människans *vardande i hälsa* fokuseras där sökandet efter meningen med livet och lidandet lyfts fram i ljuset. Därmed sagt antar inte denna studie en religiös eller kristet-religiös-karaktär. Sivonen (2000) vill med hänseende till ett humanvetenskapligt perspektiv införa en uppfattning om begreppet andlig som respekt för den andra människan, inte bara hennes religion och tro, utan även hennes åsikter och livssyn.

I Erikssons vårdvetenskapliga teori ses hälsa och lidande som ständigt närvarande i det mänskliga livet⁴⁹. Andemeningen i lidande handlar om kraftlöshet, som skapas genom en självbild av värdelöshet som uppkommer när människan upplever sig instängd i sin livssituation⁵⁰. Att uppleva sig som värdelös har en djupt destruktiv inverkan på människan som gör att hon mister tilliten både till sig själv och till andra. Vidare upplever människan utanförskap, övergivenhet och ångest varpå skam och skuld tar över och hotar hennes existens. I egentlig mening kan man inte lära in hälsa eller tvinga någon att vilja hälsa, denna vilja kan utvecklas genom att människans egna inre hälsoresurser och möjligheter vidrörs⁵¹ och skapar en djupare medvetenhet hos henne. Först när människan blir medveten om sitt lidande kämpar hon för hälsa⁵². Lidandet ses som en kamp där människan förutsätts kämpa för att återupprätta sin hälsa och genom att vara i "livets flod"⁵³

⁴⁶Arman (2003) skriver att det andliga är en upplevelse av inre essens i förening med någonting utöver människan själv, såsom t.ex. naturen, andra människor, en andlig värld eller den abstrakta andra.

⁴⁷ Eriksson (1989) skriver att utforskandet av människans hälsa tillhör våra evighetsproblem. Avsikten är att försöka beskriva hälsan som hälsa, och inte som motsats till sjukdom något som är vanligt förekommande. Författaren hänvisar även till Spinozas axiom (1677, 16): "Det som icke kan förklaras genom något annat måste förklaras genom sig självt". Antonovsky försöker t.ex. lösa hälsans mysterium genom att finna hälsans källa; Jfr Linds:röm, Nyström & Zetterlund (2014).

⁴⁸ Eriksson (1991).

⁴⁹ Eriksson et al. (1995).

⁵⁰ Strandmark (2004) menar att människan saknar frihet och valmöjligheter.

⁵¹ Människan kan beröras på olika sätt, t.ex. genom en naturupplevelse, vänskapsrelation eller genom den abstrakta andra (Eriksson et al. 1995).

⁵² Eriksson et al. (1995).

⁵³ Jfr Strandmark (2004).

kan hon leva ärligt och ha möjlighet att tillgodogöra sig kraftkällan. En förutsättning för att varda är att människan själv vill förändras och nå förnyelse⁵⁴.

Studien utgår från att människan har en längtan och en vilja att komma i rörelse, att förändras. En intressant tanke gällande lidandet är att det finns ett ögonblick då människan i sin absoluta ensamhet når insikten att det är bara hon själv som kan göra någonting åt sin situation⁵⁵. Trots alla tunga upplevelser som människan erfar i lidandet finns det någonstans inom henne ändå en längtan eller ett begär efter det andliga⁵⁶. När människan i sitt lidande finner vägar att gå ut över sig själv kan hon vara i kontakt med det heliga, eftersom "communion" öppnar för den heliga dimensionen⁵⁷. Beslutet att leva kan i och med detta utvecklas och kärlek kan vakna tack vare lidandet, och det är även kärleken som kraftkälla som leder människan mot andligheten⁵⁸. Ett outhärdligt lidande kan i människans vardande omvandlas så att lidandet lindras och hon förvandlas genom medvetenheten om sin helighet⁵⁹. Det heligas närvaro kan ge livsmening⁶⁰. Människan stannar upp och blir stilla av det heliga. Både förtvivlan och hänförelse upplevs genom heligheten⁶¹. Heligheten innebär en inre vandring efter det genuina i människan⁶².

Substansen i vardandet mot hälsa handlar om att upptäcka det inre rummet⁶³. I sig självt har lidande ingen mening, men eftersom hälsa och lidande är integrerade med varandra i en ständigt närvarande process i människans liv, kan lidande upplevas som existentiellt viktigt för människan⁶⁴. Lidande kan sägas möjliggöra

⁵⁴ Jfr Eriksson (1994).

⁵⁵ Eriksson (1994).

⁵⁶ Sivonen (2000).

⁵⁷ Norberg (2001) hänvisar här till Rasmussen och skriver att det att transcendera jaget innebär att vara i kontakt med det heliga. "Communion" öppnar för den heliga dimensionen.

⁵⁸ Råholm & Eriksson (2001).

⁵⁹ Råholm (2003).

⁶⁰ Eriksson (1994).

⁶¹ Lindqvist (1995).

⁶² Wikström (1993).

⁶³ Jfr Råholm (2003); jfr Hilli (2007) som menar att det innersta rummet utgörs av människans själsliga och andliga dimension. Detta rum är fridlyst och mötet med Gud antas ske där. I detta rum kan människan vara helt öppen genom sin ensamhet med Gud; jfr Eriksson (2003) som menar att ethos handlar om att finna sitt innersta väsen och hitta hem till sig själv, som ger människan mod att vara den hon egentligen är; jfr Lassenius (2005).

⁶⁴ Jfr Wiklund, (2000).

lust till liv och är således bärande för människans *vardande i hälsa*⁶⁵. Lidande kan tillskrivas en mening av människan själv, och denna mening tillkommer vid sidan av lidandet och ger kraft att gå vidare⁶⁶. Om inte lidande förenas med någonting annat kan kraften inte mobiliseras. Lidande kan få mening endast genom att en människa lider för någon eller någonting, t.ex. kärleken till den abstrakta andra⁶⁷. Den enda genomgripande meningen med lidande är att överleva och överlevnaden kan innebära växt⁶⁸. En förutsättning för att lidande ska leda till växt är att människan får bekräftelse på sitt lidande⁶⁹. Det handlar om att dela lidandet i någon mening, t.ex. med en konkret eller abstrakt andra. Detta gör att människan förnimmer tro, hopp och kärlek. Tro, hopp⁷⁰ och kärlek utgör grunden i lidandets kamp för lindring⁷¹.

Utifrån den tidigare förståelsen som diskuterats ovan kan ses att det finns flera kunskapsluckor i förhållande till människans hälsa, de stora existentiella frågorna om människans liv och hälsa, däribland hennes kraftkälla och hennes *vardande i hälsa*. Av dessa skäl ser jag det som vetenskapligt relevant och nödvändigt att i denna studie fortsätta att utreda de kunskapsluckor om människans kraftkälla och hennes *vardande i hälsa* som ännu är otydliga. Den gemensamma nämnaren vid lidande, oberoende av kontext, är som ovan beskrivs människans avskurenhet i något avseende från sig själv och sin helhet⁷². Hälsa som helhet innefattar en dimension av helighet, dvs. en människa som lider är avskuren från sig själv och saknar kontakt med sin innersta kärna, sin helighet. Hon har därmed inte möjlighet att hämta styrka ur sin kraftkälla då kontakten med kärnan, med ethos, dvs. värdegrunden som inrymmer helighetsdimensionen inte kan omfattas. Hon

⁶⁵ Eriksson et al. (1995).

⁶⁶ Eriksson (1994).

⁶⁷ Eriksson (1994) refererar till Fjellbu.

⁶⁸ Eriksson (1994).

⁶⁹ Jfr Wiklund (2000) ”...ingen ger svar när jag ropar”.

⁷⁰ Det behövs hopp för att lindra lidande, eftersom upplevelser av hopplöshet föds i lidandet. Hoppet utgör enligt Freire (1972) drivkraften i människans sökande efter livsmening, och hoppet är grundat i hennes egen ofullständighet. Beträffande människans hälsa och välbefinnande har hoppet därför en alldeles speciell betydelse för den vardande rörelsen i hälsa.

⁷¹ Eriksson (1994).

⁷² Eriksson (1994); Eriksson et al. (1995).

har inte erinrat sig om ethos och kan därför inte tillgodogöra sig av sin inneboende styrka.⁷³

Denna studie utgår från att en förutsättning för att människan ska kunna *varda i hälsa* är att hon har upplevt kärlek, genom ett existentiellt möte, som vidrört hennes inre⁷⁴ och heliga sfär samt skänkt henne tro på och hopp om att livet har en mening och därigenom även hennes hälsa. Detta möte som varit fyllt av kärlek kan ge henne livsmening och vilja att utvecklas och förnyas som människa trots att hon befinner sig i ett lidande. Denna studie antar att *den människa som inte fått erfara kärlek eller inte förmått ta emot den inte heller är medveten om livets egenvärde utan förmår endast se mörker i lidandet där bitterheten blir hennes ledsagare, mot lidandets tomrum*⁷⁵. Detta antagande är i samklang med E. H. Erikson⁷⁶ som hävdar att det förutsätts att människan fått uppleva helighet för att hon ska bli fullt mänsklig. Jag instämmer med detta uttalande och önskar tillägga att människan har möjlighet att utveckla sina mänskliga potential när hon genom lidande tillägnat sig ödmjukhet inför livets olika nyanser. Lidandet är inte främmande för människan i vardandet och hon är beredd att försona sig med de omständigheter livet ger⁷⁷. Hon får mod och kan utvecklas mot att bli mer mänsklig och alltmer sig själv⁷⁸.

⁷³ Jfr Eriksson (1989) som skriver att människan finner nya vägar mot hälsa då hon förmår gå ut över sig själv och sträcka sig mot en medmänniska, naturen eller den abstrakta andra. Frankl (1987) påpekar att vilja till kärlek och liv är det mest grundläggande begäret hos människan. Om fokuseringen av denna kärlek kan riktas mot människan själv, mot andra, mot naturen eller den abstrakta andra finns möjligheter för människan att uppnå fullständig frihet och hälsa. Eriksson (1989) betonar även att den människa som inte blivit bekräftad som människa i sitt varande ej heller har intresse av att vara hälsa eller upprätta den. Människans upplevelse av mening med sin hälsa förutsätter således en bekräftelse.

⁷⁴ Jfr Eriksson (1994).

⁷⁵ Jfr Eriksson (1994) som hävdar att det finns en pendling mellan ödmjukhet och bitterhet beträffande människans grundhållning till sitt eget lidande.

⁷⁶ E. H. Erikson (1985).

⁷⁷ Lindström (1994).

⁷⁸ Eriksson (1987) uttrycker att det krävs mod för att vara människa, för att våga vara och bli den man är som människa. Hon refererar även till Tillich som menar att då man i den ontologiska akten bejakar sitt väsen, faller mod och glädje samman. Människan vågar möta verkligheten. Glädje uppstår när människan inser att hon har möjligheter att förändra saker. Mod innebär frihet att välja. I det här sammanhanget kan jag konstatera att människan förutsätts våga och vilja ta språnget, och genom att hon möts av tro, hopp och kärlek kan hon få mod att göra det hon vet med sig att är nödvändigt för att kunna vardas i hälsa, att bli det som är hennes sanna väsen.

Hur kan då människan återfinna kraft för att uppbygga och bevara sin hälsa efter att hon genomlevt ett svårt lidande? Eriksson (1994) lyfter fram tanken att det i människans lidande finns ett tomrum som behöver fyllas av någon slags helig upplevelse för att åter ge hennes liv mening. Det väsentliga med denna upplevelse är att den vidrör hennes innersta längtan och den här upplevelsen kan ske i form av kontakt med naturen, konsten, en människa eller den abstrakta andra. Hoppet om att livet har en mening kan väckas då människans innersta längtan vidrörs och hon återfår sin livsgnista. Vardandet som människans hälsotillblivelse inrymmer möjlighet att bejaka den innersta längtan⁷⁹. Jag anar att mötet med kärlek eller upplevelse av helighet som kan skänka kraft kan härledas ur någon av de fyra källor som Eriksson omnämner⁸⁰, men att dess livsnerv och bevekelsegrund utgörs av *en urkälla*. Studien utgår från att kraftkällan (i universell betydelse) är förbunden med evigheten. Ett frågetecken hänför sig därför även till vilken relation begreppen "evighet", "oändlighet" och "helighet" har till *hälsa som tillblivelseprocess*. Dessa begrepp omnämns i Erikssons axiom⁸¹, men en fördjupad förståelse av hur dessa hänger samman saknas enligt de utredningar som jag gjort. Det är därför angeläget att i denna studie reda ut ovannämnda aspekter för att fördjupa kunskapen om hälsa och deras relation till hälsa som tillblivelseprocess. *Studien eftersträvar således att fördjupa och nyansera förståelse av människans kraftkälla och hennes vardande i hälsa.*

⁷⁹ Eriksson red. (1993).

⁸⁰ Eriksson (1989) tar upp människans grundläggande källor, utifrån vilka hennes grundläggande styrka genereras. Den första källan handlar om människans relation till sig själv eller hennes kärlek till sig själv och den andra källan berör relationen till en konkret andra. Den tredje källan handlar om naturen, människans förmåga att älska det levande och se det som en källa till växt. Den fjärde källan är relationen till den abstrakta andra och förmåga att hämta kraft i relationen till den abstrakta andra.

⁸¹ Lindström m.fl. (2014).

2 STUDIENS TEORETISKA PERSPEKTIV

Högre än verkligheten
står möjligheten

Heidegger

Studiens teoretiska perspektiv fokuserar det ethos och de ontologiska utgångspunkter som utgör fundament för och som studien bygger på. Sammanvävt med detta presenteras även min förförståelse som forskare. Det teoretiska perspektivet har sin utgångspunkt i den caringtradition⁸² i vårdvetenskap som utvecklats vid Åbo Akademi. Eriksson (2001) som förgrundsgestalt inom denna tradition hävdar att etik utgör grunden och kommer före såväl ontologi som epistemologi. Tanken om att etiken föregår ontologin handlar om att forskaren bör inta ett visst förhållningssätt till verkligheten som hen på något sätt vill komma åt⁸³.

2.1 Vårdvetenskapens ethos och värdegrund

Ethos är det substansbärande som går före metod, och med detta vill jag i min studie betona att ethos har varit ledsagande och bärande genom hela studien, varför även ontologin haft en avgörande roll. Min studie sträcker sig inte bara till att den grundar sig på vårdvetenskapens ethos och ontologi, utan jag ser dem som fullständigt bestämmande och väsentliga för hela arbetet.

Siktet för kunskapssökandet skapas genom förståelsen och tillägnandet av ett ethos, dvs. den värdegrund som helighålls och som innefattar värden som grund för handlingar. Vårdvetenskapens och vårdandets ethos har sin kärna i *caritas*, dvs. kärlek- och barmhärtighet samt omfattar därtill tanken om människans helighet och värdighet⁸⁴. Det är detta ethos som utgör basen för studiens teoretiska perspektiv. Författarna hänvisar till Piltz' uttalande om den grundläggande hållning, som ethos ber om att ska intas gentemot människan. Genom ethos möts

⁸² Eriksson (2001).

⁸³ Eriksson & Lindström (2000).

⁸⁴ Eriksson & Lindström (2003).

människan *som en hemlig skrift*. Människan och hennes liv kan liknas vid en bok, och endast den läskunnige kan få människolivet som skrift att öppna sig. Det gäller att lära sig tyda den lidande människans skrift, som kan göras genom vördnad och värdighet. Det är av största vikt för människans välbefinnande⁸⁵ att hon upplever värdighet, dvs. upplever att hon är betydelsefull och har ett värde som människa⁸⁶. När människan känner sig sedd, hörd och trovärdig upplever hon t.ex. värdet som människa⁸⁷. Ethos uppmanar genom grundhållningen att möta människan som en hemlig skrift. Människan kan genom ethos tillägna sig budskap som blir till en del av hennes liv. Tillägnandet är ontologiskt i den mening att det öppnar för en ny förståelse av livet och lidandet. Den vårdvetenskapliga kunskapen och det vårdvetenskapliga ethoset kan tillägnas människan likt en identitet. Ethos manar till bildning, till att förverkliga det sanna, det sköna och det goda samt till förståelse av människan och hennes situation.⁸⁸ Genom att utgå från detta ethos möjliggör jag tillägnelse av de budskap som möter mig under studiens gång genom en hållning av okonstlad öppenhet och vördnad inför det främmande och nya som framtonar. Denna studie utgår från antagandet att ethos är bärande för människans kraftkälla, och att detta inte kan förbises om strävan är att öka förståelse av den.

Enligt Eriksson och Lindström (2003), som hänvisar till Kemp, har ethos sin ursprungliga referens i 'hem' och handlar om det goda livet där människan känner sig hemma⁸⁹. När människan bejakar sitt ethos är hon lyhörd för det egna hjärtats röst. 'Hem' innebär 'trygghet' och 'styrka' samt 'skydd' och 'vila'⁹⁰. I hemmet vågar människan vara den hon innerst inne är. I hemmets gemenskap formas de etiska värdena och idealen, eftersom människan har ett eget utrymme i hemmet. Detta hem, menar Eriksson och Lindström (2003)⁹¹, visar att ethos har betydelsen

⁸⁵ *Brunn* betyder 'well' på engelska. En intressant koppling till 'well' dvs. brunn på svenska är *wellbeing* (eng.) som på svenska betyder välbefinnande.

⁸⁶ Edlund (2002).

⁸⁷ Eriksson (1994) menar att då människan kommer fylld med en stor förväntan men märker att hon inte är välkommen, uppstår ett lidande. Att inte känna sig välkommen fråntar människan hennes livsglädje och hopp. Att inte bli välkommen är att inte bli bekräftad av den andra, och alla människor vill känna att någon väntar och längtar efter dem och att de är välkomna till en gemenskap. Eriksson betonar att *tro, hopp och kärlek* kan lindra lidandet.

⁸⁸ Eriksson & Lindström (2003).

⁸⁹ Med *hem* avses i denna studie "det goda hemmet" i universell och abstrakt mening.

⁹⁰ Hilli (2004).

⁹¹ Författaren hänvisar till Ahlman.

'grundvärde' och visar värderangordningen. Ethos kan även uppfattas som en tonart, eller melodi, som möjliggör seende av det eviga och det heliga⁹². Tönen manar till vakenhet för djupare insikt i verkligheten. Det finns en tanke om gemenskap i ethos. Etik och ethos hör samman. När etiken förankras i ett ethos möjliggörs att nå en djupare värdegrund, annars är det bara en formell etik⁹³. Ethos och etik är ett förhållningssätt och att ta ansvar. Ur ethoset formas inte bara grundvalarna för etiken utan även de etiska gärningarna. Författarna hänvisar till Piltz som menar att ethos visar de grundaxiom som tas för givna och som handlar om människans värdighet och helighet. Ethos är emellertid någonting bortom etiken⁹⁴, eftersom det gestaltar människans allra innersta rum där hon framstår okonstlad i egenskap av sitt verkliga jag. Tanken om att ethos är djupare än etik innebär att människan inte har tillträde till detta rum och ethoset samt hennes etiska kod begränsar henne så att hon aldrig helt kan förstå den andra. *Ethos ger den yttersta meningen åt ett sammanhang*⁹⁵.

Ethos och etik blir ett genom bildning. Bildning genom teori och vetenskap borde ske inom den enskilda människan genom "frihet och ensamhet"⁹⁶. På detta sätt odlas vetenskapen inom människan och det sker en daning av karaktären hos henne när hon tillägnar sig ethos. Teori förvandlas till ett ethos, vilket avser att vara kallad för att tjäna en viss sak⁹⁷. När människan har valt Saken⁹⁸ som sin egen, vill hon göra den till en del av hennes värld, och i och med detta även som en del av hennes ethos. När abstrakta vetenskapliga och historiska ideal blir verkliga och börjar forma hennes dagliga liv är det någonting som hänt inom människan som gör att hon plötsligt inser betydelsen av vissa värden, skriver författarna som refererar till Ahlman. Ethos blir ett viktigt grundvärde hos den enskilda människan och synliggörs genom hennes hållning och handlingar.

I ljuset av ethos eftersträvas förståelse av människan. Att se människan som en hemlig skrift innebär att bejaka hennes helighet och hennes absoluta värdighet. I

⁹² Eriksson & Lindström (2003) skriver utifrån Marc-Wogau.

⁹³ Eriksson & Lindström (2003).

⁹⁴ Eriksson & Lindström (2003) hänvisar till Kemp.

⁹⁵ Eriksson & Lindström (2003) jämför med Nygrens grundmotiv.

⁹⁶ Eriksson & Lindström (2003) som refererar Humboldt.

⁹⁷ Eriksson & Lindström (2003) skriver utgående ifrån Gadamer tankar.

⁹⁸ Här avses en djupare substans, Saken i sig själv, "die Sache"; jfr Gadamer (1997).

människans berättelse kan man se glimtar av denna heliga skrift.⁹⁹ Med ethos avser jag således i denna studie de inre värden bortom etiken som styr människan, det som finns innerst i människan och som visar hennes verkliga och okonstlade jag. Genom ethos upplever människan en närhet till det heliga som gör att hon kan vila i trygghet och visshet, hon kan vara ödmjuk och öppen inför det okända. Ethos handlar om människans egentliga hem, att uppleva sig vara i närhet av den abstrakta andra och därigenom kunna möta det som är främmande med *caritas*. Likt Lindström och Eriksson (2003) uttalar sig vill jag också lyfta fram att en människa som är bärare av ethos besitter en form av *claritas*, en utstrålning som vittnar om glädje¹⁰⁰ och inre kraft, eftersom hon har kontakt med kraftkällan i sitt dagliga liv. Ethos handlar därmed om att vara ärlig inför sig själv. Det handlar om att älska livets betingelser och det vardagliga. Det handlar även om anspråkslöshet, men att ha tillägnat sig ett ethos innebär inte minst vaksamhet inför det som är främmande, och förmåga att slå vakt om den egna hållningen när den sätts på spel.

Det ethos som ledsagar denna studie är en vördnad inför människan, hennes värdighet och helighet samt insikten om att någonting av denna helighet alltså bör förbli oröjt och orört. Hela sanningen¹⁰¹ bakom människans väsen bör inte göras anspråk på att avtäckas. Det ligger i människans och därmed även i kraftkällans väsen att delar av den får förbli hemliga och bevaras heliga. Genom att låta ethos ledsaga kan förståelse för glimtar av människans kraftkälla möjliggöras.

⁹⁹ I den etiska akten uppenbaras ethos i ord och gärningar. Någonting blir evident, och sanningen, ethos, ger sig till känna i den stund människan fått nytt inseende i en verklighet som alltid funnits men tidigare varit fördold för henne. Människan förmedlar någonting av sitt innersta väsen, sitt ethos, genom att uttala ord. Ethos omfattar även kulturens kärna. Människans kultur och historia utgör hennes inre rikedom. *Ethos höjer sig över det individuella och är siktad för det gemensamma*. Ethoset innebär vördnad inför människan, hennes värdighet och helighet. Om kulturen främjas från sitt ethos dör den. Om kvantitet i värden blir viktigare än kvalitet, blir kulturen civilisation, men någonting av kulturens ursprungliga ethos bevaras alltid och kan återuppväckas. (Eriksson & Lindström, 2003)

¹⁰⁰ Jfr Selander (2014) som menar att glädje är ett kärleksbevis. Hon skriver om det brinnande hjärtats djupa livsglädje som är en glädje som inspirerar och genererar kraft.

¹⁰¹ Larsson (1994, 165) skriver: "En dominerande tanke i vår tid är att sanningen är relativ och att det alltid gömmer sig ett perspektiv bakom varje beskrivning av verkligheten."

2.2 Ontologiska utgångspunkter

Det teoretiska perspektivets grundläggande element återspeglas genom ontologiska grundantaganden, som utformats som axiom och teser beträffande människan, hennes hälsa och lidande, samt vårdandet och världen.¹⁰² Lindström, Lindholm och Zetterlund (2014) skriver att axiomen¹⁰³ handlar om grundsanningar i förhållande till världsbilden, och teserna utgör påståenden om vårdvetenskapens natur. Ontologiska frågor bestämmer kunskapens innehåll, eller med andra ord studiens *substans*.

I det följande framställs och underbyggs de axiom (Lindström, Nyström & Zetterlund, 2014, 197) som studien utgår från. Därtill presenteras de två axiom (nr 7 och 8) som har en framträdande position och utgör grundlag för den deduktiva ansatsen i studien¹⁰⁴. Dessa två axiom sätts på spel genom att de går i dialog med varandra.

Axiom 3: *Människan är i grunden helig*¹⁰⁵. *Människans värdighet innebär att inneha det mänskliga ämbetet, att tjäna i kärlek, att finnas till för den andra*¹⁰⁶. Människans inneboende och djupa vetskap om sin unikheter kan betraktas som ”helighet”, liksom insikten om sitt ansvar för sina medmänniskor. Ny styrka och nytt hopp om att livet har en mening kan skänkas människan när hennes innersta längtan rörs vid genom erfarenheter av helig natur eller beskaffenhet.¹⁰⁷ Eriksson (2001) skriver att människans värdighet ligger i hennes absoluta frihet att vara herre över sig själv och fritt få forma sig till någonting inför den abstrakta andra. Värdighet innebär att ha det mänskliga ämbetet. Det finns en potentiell helighet inom varje människa och därför ses alla som unika (i och med skapelsen), likvärdiga och okränkbara. Människan upplever sin värdighet när hon får tjäna en annan människa, dvs. fullfölja sin uppgift som människa. Värdigheten berövas

¹⁰² Jfr Eriksson (1988, 2001); Eriksson et al., (1995).

¹⁰³ Dessa axiom utgår från Erikssons caritativa teori och har skapats och formats vid Enheten för vårdvetenskap vid Åbo Akademi.

¹⁰⁴ Se vidare samtliga *Vårdvetenskapliga teser och axiom* i Bilaga 1.

¹⁰⁵ Rosengren (2009, 145) skriver utgående från Saarisalo och Hedegård: ”Ordet helig används i Bibeln om både den abstrakta andra och människor. Det hebreiska ordet gadosh, som översätts med helig, betyder upphöjdhet, höghet och majestät. Det grekiska hagios betyder något som framkallar häpnad och vördnad. Att vara helig är att vara Den abstrakta andras egendom.”

¹⁰⁶ Lindström et al. (2014, 197).

¹⁰⁷ Eriksson (1994).

samtidigt som ansvar fråntas en människa. Det finns ingen situation där människan skulle kunna anses ovärdig att vara med och forma sitt eget liv. Studien utgår från att människans helighet kan kopplas till människans upplevelse av värdighet i hälsans ethos. Heligheten finns inom ethos. Människan som når sin inre kraftkälla upplever sig värdig genom erkännande av sin kontakt med evigheten. Tanken om människans helighet innebär att jag som forskare inte kan göra anspråk på att nå den totala sanningen om människan, dvs. hela hennes väsen kan aldrig helt avtäckas. Jag eftersträvar att visa vördnad inför människans heliga väsen, genom att inse att kanske endast glimtar av människans kraftkälla kan nås genom denna studie, men samtidigt också inse att dessa glimtar kan bidra till en ny eller annorlunda förståelse av människan och hennes kraftkälla som är oerhört viktig.

Axiom 4: Gemenskap är grunden för allt mänskligt liv. Människan är i grunden interrelaterad till en abstrakt och konkret annan i gemenskap¹⁰⁸. Den djupt rotade längtan inom människan efter gemenskapen med den abstrakta eller konkreta andra, kan inom henne uppväcka tro och hopp som ger henne en rörelse framåt, mot kraftkällans liv och hälsa. Gemenskapens väsen ses som djupt lagt inom människan vilket i denna studie antas ha betydelse för hennes *vardande i hälsa*.

Axiom 6: Lidande är en oskiljaktig del av livet. Lidande och hälsa utgör varandras förutsättning¹⁰⁹. För att människan ska kunna uppleva glädje i livet, dvs. vara hälsa, förutsätts att hon även vidkänner lidande. Människan har en ontologisk längtan att nå det som inte är, att komma framåt, att utvecklas och nå högre grader av välbefinnande¹¹⁰. Detta utgör även studiens förförståelse, dvs. att alla människor har "ett lidande", eller en form av längtan efter någonting (däribland begäret efter kärlek som aldrig upphör), och därför är vägen till hälsa relevant för alla oberoende av upplevt lidande eller ej. Ontologiskt sett vill människan hälsa, detta är hennes naturliga väsen. Eriksson (1987) nämner även människans längtan efter att uppgå som del i något högre, vilket kan upplevas vid en hänförelse av naturen, musik, konst osv. Frid och lugn hägrar vid dessa estetiska upplevelser. För att sammanfatta detta kan sägas att hälsa liksom lidande hör till livet, och

¹⁰⁸ Lindström et al. (2014, 197).

¹⁰⁹ Lindström et al. (2014, 197).

¹¹⁰ Eriksson (1987).

förutsättning för att leva ett ärligt liv är att människan inte frånsäger sig ett av dessa eller inte vidkänner det. En del av fullständig glädje innehåller även element av lidande, och fullständigt lidande har i grunden även glimtar av glädje i sig. Kraftkällans tillgänglighet antas i denna studie ha som förutsättning att människan bejakar båda delarna i livet, både lidande och hälsa (liksom både glädje och sorg i livet). Om människan inte bejakar hela livets mångfald (spektrum) av färger, både mörka och ljusa, antas hon inte kunna vara sanningsenlig gentemot sig själv och antas inte heller kunna uppleva kraftkällans väsen.

Axiom 7: Hälsa är mer än frånvaro av sjukdom. Hälsa innebär helhet och helighet¹¹¹. Människan kan uppleva välbefinnande och mening med livet och ha hög livskvalitet trots ett svårt lidande. Hälsa ses som någonting bortom det uppenbara, som livet självt med dess ursprung i den heliga sfären¹¹², vilket innebär att min intention i denna studie är att betrakta människans hälsa ur ett helhetsperspektiv som därmed även omfattar lidande och sjukdom.

Axiom 8: Människan lever i en verklighet som bär mysteriets, oändlighetens och evighetens kännetecken¹¹³. Livet har en helig härstamning tack vare evigheten och det oändliga som gör att ingen människa fullt ut kan lösa det mystiska som råder över hela hennes existens. Denna studie kräver en respekt för denna heliga och orubbliga gåtfullhet, eftersom den verkar uppbyggande och bevarande av människans livsvillkor.

Det är den vardande människan som denna studie undersöker, och således bygger studien på följande tes¹¹⁴: *5. Hälsa innebär en rörelse i vardande, varande och görande mot enhet och helighet, vilket är förenligt med uthärdligt lidande.* Rent begreppsligt och historiskt avser hälsa, helhet och helighet. Vårdvetenskapens hälsobegrepp uttrycks i den ontologiska hälsomodellen, som ser hälsa som *ett vardande*, en rörelse mot en djupare enhet. Min studie utgår från denna syn på hälsa. Människans hälsa utvecklas enligt denna modell mot en helighet där det

¹¹¹ Lindström et al. (2014, 197).

¹¹² Sjukdom och lidande kränker hela människans existens eftersom den hotar hennes värdighet, som utifrån den heliga härstamningen betraktas som dyrbar, helig och okränkbar.

¹¹³ Lindström et al. (2014, 197).

¹¹⁴ Eriksson (2001).

djupaste motivet utgörs av hennes längtan efter värdighet. Genom sin förening med lidande blir hälsa en enhet, och människan upplever en helighet.

Utifrån den ontologiska hälsomodellen ses hälsa som en integrerad del av det mänskliga livet och vardandet, dvs. en helhetsupplevelse. Det ontologiska hälsobegreppet beskriver hälsa som ett görande, varande och ett vardande mot en djupare enhet¹¹⁵. Människan eftersträvar en form av balans och harmoni på varandenivån och på denna nivå är människan inte främmande för lidande, utan vill försona sig med livets omständigheter. Försoningen innebär helhet på en djupare integrationsnivå. Om de inre resurserna på vardandenivån inte medvetandegörs hos människan, kan hon inte använda dem och därmed inte heller främja sin hälsa. Hälsa *som görande* karaktäriseras som att *ha hälsa* och utgör t.ex. det man gör för att leva hälsosamt¹¹⁶. I den andra nivån återfinns *varande nivån* som avser strävan efter balans och välbefinnande, både psykiskt och fysiskt. Behoven står därmed i fokus. Hälsa på den tredje nivån, *vardande nivån*, innebär en inre helighet. Denna upplevelse av helighet betyder att människan känner vördnad för sitt eget liv och för sig själv som unik människa. Endast när människan har kontakt med sitt innersta väsen är denna helhetsupplevelse möjlig. Människans upplevelse av inre helighet utgör hennes egentliga väsen. I vardandet, som förutsätter modet att beträda görande och varandenivån, upplevs frihet och energi. Människan kan bli sitt verkliga jag i denna dimension. (Eriksson m.fl., 1995.)

Då människans inre hälsopotential vidrörs skapas en rörelse i hälsa som görande, varande och vardande. Jag utgår från att hälsans ethos är det som möjliggör förnyelse och rörelsen i hälsa, men en förutsättning är medvetenheten om den heliga dimensionen som finns genom den abstrakta andras andedräkt.

¹¹⁵ Dessa nivåer ska uppfattas som olika dimensioner och inte som absolut klart avgränsade tillstånd. Ett görande, varande och vardande kan vid en given tidpunkt finnas i olika grad och variera i olika situationer. Hälsa som ontologiskt begrepp avser den enskildes vardande mot enhet. Människan befinner sig inte konstant på någon av nivåerna utan pendlar. Människans rörelse mellan dessa nivåer har sin grund i hennes upplevelse av olika problem, behov eller begär i livet. Begäret är mer centralt betydande än behovet. Till skillnad från begären kan behoven artikuleras. Hälsan bedöms utifrån yttre objektiva kriterier på görande nivån.

¹¹⁶ Sedvanlig hälsofostran kan jämföras med denna nivå, eftersom man oftast där enbart koncentrerar sig på sunda vanor för att undvika ohälsa. (Eriksson m.fl., 1995)

Det finns frågetecken gällande relationen mellan följande axiom: nr 7. *Hälsa är mer än frånvaro av sjukdom. Hälsa innebär helhet och helighet* och nr 8. *Människan lever i en verklighet som bär mysteriets, oändlighetens och evighetens kännetecken*.¹¹⁷ Oklarheterna hör samman med vad det mystiska, det oändliga och evigheten¹¹⁸ innebär för människan samt vilka konsekvenser de har för hennes hälsa. Dessa ovanstående axiom får därför en alldeles speciell betydelse för min studie, de ger ny glöd och rörelse åt substansen då jag ser på hälsa i ljuset av dessa axiom. Tanken är att låta det sjunde och åttonde axiomet gå i dialog med varandra, för att möjligen nå en djupare förståelse av hälsa. Studiens ambition är att utfylla de kunskapsluckor som ännu kan skönjas gällande människans hälsa och dess relation till begreppen helighet, oändlighet och evighet och mysterium.

¹¹⁷ Lindström et al. (2014).

¹¹⁸ Ordet evighet används i avhandlingen i betydelsen "tidlös tillvaro" och "oändlig tid", men hänvisar främst till det förstnämnda av dem (jfr Ahlberg & Regnéll, 1974). Studien utgår från att hälsans ethos finns ontologiskt given inom människan, en inre kraftkälla där det hälsofrämjande har sin boning. Utifrån denna källa kan kraft och liv framspringa. *Existensen* berättigar människan tillträde till källan. Människan behöver därmed inte bli någonting utöver sig själv för att vara källan värdig.

3 STUDIENS SYFTE, FRÅGESTÄLLNINGAR OCH DESIGN

Den övergripande vetenskapliga ambitionen med denna studie är att fördjupa och nyansera förståelsen om hälsans ethos¹¹⁹ för att tjäna människan, hennes värdighet och lindra lidande. Studien behandlar den vardande människan och hennes rörelse från lidande till hälsa¹²⁰. Det är det innersta i människan, som driver henne och ger henne kraft att *varda i hälsa*, hälsans ethos, som således är i fokus. Jag har utgått från antagandet att det finns en kraftkälla utifrån vilken människan kan få rörelse och kraft att *varda i hälsa*. Studien utgår från ett hälsoperspektiv som är förenligt med den ontologiska hälsomodellen (Eriksson m.fl., 1995).

Utifrån ovanstående diskussion om den ontologiska hälsomodellen och hälsa som vardande förefaller det kanske logiskt att fokus i denna studie vore ”hälsans kraftkälla”, men så är inte fallet. Jag har valt att fokusera ”människans kraftkälla”, eftersom jag genom min förförståelse uppfattar hälsa som en integrerad del av människan och hela hennes liv, där den drivande urkällan till kraft således bär hela människan som en enhet av kropp, själ och ande¹²¹. Jag ser att den källan till kraft bygger upp hela människan, och därigenom inte bara hälsan, vilket är motivet till att jag valde just ”människans kraftkälla” som studieobjekt. Fokus i denna studie är således *vad* som är människans kraftkälla och *vad* som uppenbarar den så att människan kan få kraft att *varda*. Studiens syfte är att fördjupa och nyansera förståelsen av hälsans ethos genom att utforska människans *vardande i hälsa*. Forskningsfrågorna lyder: ”Vad är människans kraftkälla?” och ”Vad uppenbarar kraftkällan så att människan kan uppfatta den och tillägna sig dess kraft för att *varda i hälsa*?”

Studiens resultat förväntas såväl öppna för nya aspekter av den caritativa teorin som generera en ny bild av hälsans verklighet som tillägnas människan för att tjäna hennes hälsa och liv. Den nytvunna förståelsen av hälsans ethos och vardandet i

¹¹⁹ Med hälsans ethos avses hälsans innersta rum, där människan framträder okonstlad och äkta.

¹²⁰ *Hälsa* har bl.a. följande synonymer (Walter, 2000): *hälsotillstånd, friskhet, sundhet, kroppsligt välbefinnande, styrka, vigör, kondition, kraft, livskraft*. Det är speciellt de två sistnämnda av dessa som denna studie ägnar uppmärksamhet på.

¹²¹ Människan är i grunden enheten kropp, själ och ande. ”Den hela människan är en levande människa som för en ständig kamp och lever i ett spänningstillstånd mellan en tillvaro av varande och icke varande” (Eriksson, 2001, 15).

hälsa ses som universell och kan därför tillskrivas varje människa oberoende av kontext. Eftersom det finns kunskapsluckor mellan hälsa och dess relation till helighet, evighet, oändlighet och mysterium ser jag på hälsa i ljuset av ovanstående frågor och låter studien pendla mellan motpolerna "livets möjlighet och dödens nödvändighet" (jfr Saeteren, 2006). Jag utgår från att man inte kan förbigå döden när man vill studera hälsa (jfr Lindholm, 1998, 2000). Hälsa kan förstås genom beaktande av döden och endast i relation till *livet*. Eriksson (1994) visar att lidande till sitt djupaste väsen är ett döende, men där livet segrar har lidandet utgjort en kraftkälla till nytt liv.

En förutsättning för att studera hälsa är att man ser på den ur ett perspektiv med livet självt i blickfånget, och för att kunna spegla livet bör därför även döden beaktas. Heligheten innebär att människan är beredd att offra, vilket innebär att hon inser sin ändlighet men samtidigt ser sig själv som del av en oändlighet där själen går vidare i evigheten. Om människan bara ser sin ändlighet och anser att döden innebär död och ingenting mer, kan hon inte ta till sig heligheten eller oändligheten och därmed inte heller uppleva tro på, hopp om och kärlek till någonting större än henne själv. Människan behöver tro, hopp och kärlek för att komma närmare sin kraftkälla, och för att varda i hälsa. Detta utgångsantagande överensstämmer med Erikssons (1987a) uttalande om att tro, hopp och kärlek utgör hälsans substans. Frågan som osökt infinner sig gäller trons, hoppets och kärlekens inbördes relation till varandra. Här ser jag tydliga luckor i kunskapsfältet, dvs. att det bekanta bör tas fram och lyftas upp i ljuset för att låta Saken, "die Sache" som Gadamer (1997) uttrycker sig, träda fram och för att kunna återse det kända och eventuellt utvinna det okända som kanske döljer sig i detta. Det är viktigt att återse den grundläggande substans som sedan länge varit känd, som kanske rent av tagits för given och självklar, men som ingen har fortsatt att utforska, och som antagits höra samman i en treenighet. Jag öppnar frågan huruvida någondera av tron, hoppet eller kärleken kan ha en djupare dignitet? Jag anar att det kan vara så och känner mig manad och berörd av en oro inför en ny förståelse som väntar på att bli avtäckt och som i studien skapar fascination och drivkraft framåt.

Rent metodiskt och strategiskt¹²² har jag ett övergripande deduktivt närmelsesätt för att ringa in det meningsbärande och forma fram konstverket¹²³ i vårdvetenskapens ljus¹²⁴. Deduktion är studiens övergripande slutledningsregel, eftersom hela studien sker inom ramen för den caritativa vårdteorin av Eriksson. Därmed är det deduktiva ständigt närvarande i studiens hermeneutiska rörelse. Jag har använt mig av induktion för att vara öppen för att Saken (substansen) ska få stiga fram ur materialet i de två första delstudierna (skede II och III). I den sista delstudien (skede IV) har jag använt mig av abduktion¹²⁵. Dessa arbetssätt var i studiens initialskede inte givna, eftersom jag har låtit substansen styra metoden¹²⁶, och därför framstod i början tillvägagångssättet otydligt, men under studiens gång har det antagit form enligt den design som presenteras i bild 1 (se sid 36).

1. Skede I: Studiens syfte görs i tidigare nationella och internationella studier samt genom studier inom det egna teoretiska perspektivet *vilka berör hälsa, evighet, kraftkällan och det oändliga*.
2. Skede II: Induktivt sökande med hermeneutisk läsning och tolkning av Kierkegaards verk *Kärlekens gerningar* (1847).
3. Skede III: Induktivt sökande görs genom intervjuer med människor som vandrat vägen från lidande till hälsa. Hermeneutisk läsning och tolkning.
4. Skede IV: Abduktivt sökande. Hermeneutisk läsning och djärv tolkning av Wikströms bok *Det bländande mörkret*.
5. Skede V: I studiens slutfas formuleras en ny förståelsehorisont som öppnar för det nya teoritillskottet.

¹²² Jfr Råholm (2012), opublicerat material, föreläsning vid Åbo Akademi) som menar att forskarens strategi är viktig.

¹²³ Jfr Gadamer (1997) som skriver att konstverkets mening delas av upphovsmannen och åskådaren. Genom den estetiska erfarenheten förmedlas meningen till ens egen situation och en *horisontsammanmältning* uppstår.

¹²⁴ Min utgångspunkt i denna studie är därmed sagt att jag valt att se utifrån den caritativa teorin.

¹²⁵ Alvesson & Sköldberg (1994) menar att abduktion ger djupare förståelse och ny kunskap.

¹²⁶ Jfr Eriksson (1992).

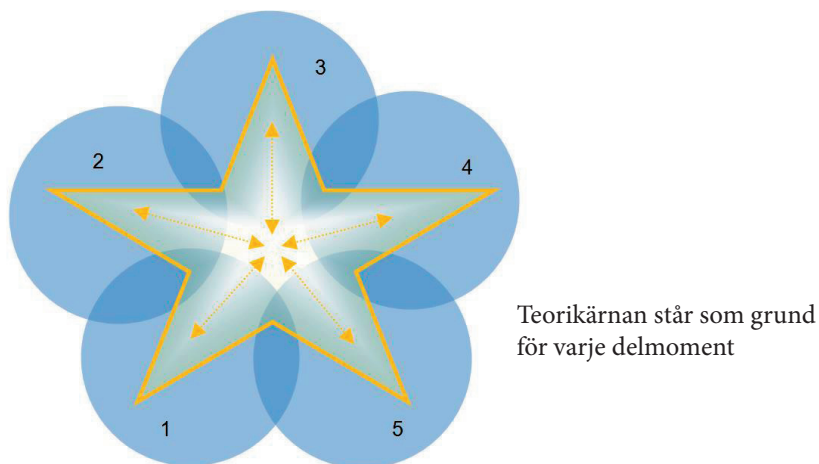


Bild 1. Studiens design

Genomgången av tidigare nationella och internationella forskningar gav en nyanserad förståelse av forskningstemat och caritativa teorikärnan. I forskningarna framträdde tron och hoppet starkt, och där fanns en antydning om kärleken men den kommer inte explicit fram i genomgången. Därför var det logiskt att i följande steg i genomgången av tidigare vårdvetenskapliga avhandlingar från Åbo Akademi rikta fokus mot tron och hoppet men framför allt mot kärlekens väsen. Den nya förståelsen vägledde med andra ord studiens följande steg mot formandet av den egna förförståelsen. Genom de tidigare forskningar inom caringtraditionen vid Åbo Akademi framträdde kärleken som hälsans substans, vilket födde ett behov av att nå en nyanserad förståelse av kärleken som hälsans substans, dvs. främmandegöra det bekanta genom att åter ställa tron, hoppet och kärleken¹²⁷ i blickfånget. I den första delstudien tolkades således den litterära källan: *Kärlekens gerningar. Några christliga betraktelser i form av tal* (1847) av Søren Kierkegaard i strävan att nå en annorlunda och nyanserad förståelse av hälsans substans och människans kraft till hälsa i ljuset av kärleken som Kierkegaard på ett djupgående och existentiellt sätt filosoferar kring¹²⁸.

¹²⁷ Eriksson (1987) skriver att tro, hopp och kärlek utgör hälsans substans.

¹²⁸ Jfr Erikssons (Lindström et al., 2014) axiom om nr 7 *Hälsa är mer än frånvaro av sjukdom. Hälsa innebär helhet och helighet*. (Se bilaga 1)

Tanken med materialet av Kierkegaard var att det ur tolkningen skulle framstiga antaganden som kunde sammanlänka förståelse dels om kraftkällan som sådan och dels om människans väg till den. Frågan som återaktualiserades gällande studiens förförståelse var alltså hur kärleken, tron och hoppet hängde samman i relation till hälsa. I genomgången av tidigare forskning framtonade att kärleken hade en bärande och avgörande substans för hälsa. Jag fick även stöd för mina tankar om att tro och hopp spelade en betydande roll gällande hälsa och dess bevarande. Efter genomgången speglade jag den nya förståelsen mot den caritativa teorin för att se på vilket sätt den nyanserade förståelsen som framtonat kunde lysa upp teorikärnan på ett nytt sätt och vad den därmed hade att säga om den. Det nya som lyses upp från Kierkegaards text var kärlekens samband med lidande genom hälsans dimension. Frågan som inställde sig var vad lidande hade för potential att öppna för någonting avgörande inom människan som kunde bana väg för hennes hälsa och kraft? Jag anade att lidande kunde ha en betydande roll för människans väg att finna kärleken – och därigenom hälsa och kraft – men lidandets exakta betydelse i förhållande till kärleken var ännu i det fördolda.

Tack vare denna nya förståelse var det givet att återgå till empirin för att söka nyanserad förståelse av den substans som framträdde, dvs. kärlekens kraft och lidande. Detta skede gjordes en studie av lidandets mörker, vilken konkret bestod av intervjuer med människor som själva vandrat vägen tillbaka till hälsa. I denna studie speglades den nytvunna förståelsen av hälsa genom Kierkegaards text mot beskrivningarna av patienter som genomlevt ett svårt personligt lidande och återfått hälsa. Forskningspersonerna antogs ha beskrivningar av ”vägen till hälsa”, eftersom de själva vandrat den. Den nya induktiva tolkningen som framsteg ur intervjutexterna tog jag med mig när jag igen gick in för att se vilken nyanserad förståelse jag kunde nå genom att spegla den förståelse som framstigit ur denna studie mot teorikärnan. Ur tolkningen av intervjutexterna och speglingen mot teorikärnan framsteg livets storhet och mysterium och betydelsen av människans litenhet och ödmjukhet inför detta.

När jag således studerat forskningsämnet både utifrån Kierkegaard och forskningspersonerna anade jag att det fanns en substans bortom som ännu inte hade avtäckts. Substansen som jag hade en föräning om och som väntade på att bli avtäckt handlade om livets inre mystik och dynamik och dess samband med hälsa.

Oron inför detta som ännu var oupptäckt ledde obehindrat till följande hermeneutiska steg som utgjordes av ett abduktivt språng genom tolkning av Wikströms bok *Det bländande mörkret*. Att upptäcka den stora glädjen”. Tolkningen av Wikströms bok gjordes för att skapa en nyanserad och annorlunda förståelse av hälsa. Det abduktiva innebar att Wikströms text gick i dialog med de tidigare delstudierna. Den nya djärva tolkningen visar hur det kunde vara, hur man kunde förstå hälsa, kärlek och lidande i ljuset av Wikströms texter. Wikström skriver varken om kärlek, hälsa eller lidande, varför man kan hävda att min delstudie utgör ett abduktivt språng. Han tar däremot upp andlighetens samband med hälsa. Utgångsantagandet i min studie handlar om att hälsa utgör en del av livet självt och därmed finns argument för att rikta sökarljuset mot att utforska livets inre väsen, dess mystik, det dolda samt livets mörker och ljus. Med andra ord: den djärva tolkningen genom Wikströms texter visar hur man kunde förstå hälsa genom att gå in och studera mörkret. I tolkningen eftersträvades en nyanserad och annorlunda förståelse av hälsans ethos och människans kraftkälla ur ett vårdvetenskapligt perspektiv. Detta eftersträvades genom läsning av den teologiska texten från den kristna mystiken och religionspsykologin. Efter avslutad tolkning, där Wikströms text fått gå i dialog med de tidigare delstudierna, gick jag igen med den nya förståelsen tillbaka till teorikärnan för att se vilken nyanserad förståelse den kunde öppna för.

I varje skede har en kontinuerlig återspeglning mot den egna värdegrunden och teorikärnan gjorts, något som visar på det hermeneutiska i rörelsen, nämligen den ständiga pendlingen av delarna mot helheten. Den hermeneutiska rörelsen och pendlingen mellan del och helhet har rent praktiskt tagit sig uttryck i att jag då och då gått tillbaka till föregående skede i studien för att på nytt läsa vad textmaterialet verkligen har att säga. Detta har varit nödvändigt, eftersom de olika skedena har gett ny förståelse för forskningsfenomenet under vandringens gång, och därmed har jag varit tvungen att återgå flera gånger för att läsa igenom t.ex. Kierkegaards texter eller textmaterial från intervjuerna i mitt anspråk och min strävan efter att så uttömmande som möjligt försöka förstå och tolka budskapet. I det sista skedet (skede V) när den nya förståelsehorisonten formulerades, har jag förenat min studies tidigare teser och gjort ett abduktivt språng, så att dessa är laddade av den vårdvetenskapliga teorikärnan.

II

4 STUDIENS SIKTE OCH FÖRFÖRSTÅELSE

I detta kapitel presenteras studiens syfte och förståelse som ger en övergripande insyn i hälsa. Förståelsen för hälsa har formats genom tidigare nationella och internationella forskningar och en genomgång av tidigare forskningsresultat ur avhandlingar inom ramen för caringtraditionen i vårdvetenskap vid Enheten för vårdvetenskap, Åbo Akademi. Samtliga doktorsavhandlingar som utkommit vid enheten för vårdvetenskap genomgicks, varpå de forskningar som berör forskningsområdet hälsa studerades närmare. Eftersom jag utgår från valda axiom och vill skapa en dialog mellan axiom nummer sju och åtta (nr 7. *Hälsa är mer än frånvaro av sjukdom. Hälsa innebär helhet och helighet* och nr 8. *Människan lever i en verklighet som bär mysteriets, oändlighetens och evighetens kännetecken*¹²⁹) så har jag sökt efter de avhandlingar som behandlar just dessa områden och som kan lysa upp substansen med ett nytt eller annorlunda ljus. I urvalet utgjorde inkluderingsfaktorer forskningar med fokus på människans hälsa i ett vardande, hennes lidande, liv och död samt begreppen evighet och oändlighet.

4.1 Nationella och internationella forskningar

Denna överblick av nationella och internationella forskningar som fokuserat forskningstemat utgör en positionsbestämning över ”vad jag vet och vad jag inte vet” före inträde i det nya. Sökning av tidigare forskningar har gjorts via databasen Cinahl. Utöver att direkt rikta sökorden mot människans kraftkälla har jag även riktat den mot människans andlighet, mot tro, hopp och kärlek, samt mot livet, dess mening och lidandet. Det visade sig vara nödvändigt att använda sökord som ligger i utkanten av forskningsfältet¹³⁰ för att nå relevanta studier som kunde öka

¹²⁹ Lindström et al. (2014).

¹³⁰ Sökord görs av *health* med kombinationer av följande ord: *inner, resource, meaning, spirituality, transcendence, inner strength, cancer survivors, coping strategies, living with cancer, hope, quality of life, consolation, well-being, comfort, grief, sorrow, inner peace, loss, comfort, coping with loss, coping with death/grief/suffering/sorrow, illness, finding meaning after loss/illness* och *finding inner peace*. I början av forskningsprocessen visste jag inte först vad jag skulle söka efter då forskningsområdet var så utforskat, och min tanke var därför att jag först efter att jag gått in i själva Saken skulle upptäcka mera nyanser och veta vad jag skulle söka efter. Ett

förståelsen av området, eftersom människans kraftkälla till sitt väsen är abstrakt och inte visar sig som sådan, men i förhållande till olika betingelser¹³¹ kan glimtar av dess existens anas.

De tidigare forskningarna stöder det egna forskningsområdet om människans kraftkälla så till vida att en del forskare lyfter fram att människan har en inre kraft till hälsa och att denna kraft kan främjas eller hämmas. Kraften inom människan kan främjas och lockas fram bara under vissa förutsättningar, när vissa kriterier är uppfyllda. Dessa förutsättningar handlar t.ex. om hur människan själv väljer att förhålla sig till situationen, hennes tro och vilja, hur hon tänker, huruvida hon förhåller sig positiv och väljer aktiva strategier. Gällande främjandet av inre styrka framstiger gemenskap som ett bärande element, t.ex. upplevelse av gemenskap¹³² av konkret eller abstrakt mening som kan ge en upplevelse av andlig art.

En övergripande förståelse av inre kraft avser att både stå stadigt och vara säker och beslutsam samt att höra samman med familj, vänner, samhället, naturen och andliga dimensioner. Det handlar om att vara kreativ och flexibel och tro på sina egna möjligheter att verka samt göra val och påverka livets bana i en förnimbar meningsfull riktning. Den som har inre styrka tar ansvar för sig själv och andra samt kan uthärda och handskas med svårigheter och mångfald.¹³³

Inre styrka innebär upplevelse av att vara tillfredsställd och ha tilltro till sig själv, se positivt på livet utan att rädas livets mörka sidor. Det handlar om att känna sig hemma och lugn i sig själv men ändå vara aktiv, att vara den samma men ändå i tillväxt mot nya mönster. Det innebär även om att leva förankrat i nuet men samtidigt också med inblick i det förflutna och i framtiden.¹³⁴

exempel på detta är *evighet* som ett sådant begrepp som öppnade sig efterhand som en mycket central sak, medan jag utförde min studie, men som hade varit ett ologiskt sökord att söka på i början då jag var intresserad av människans kraftkälla.

¹³¹ Sådana betingelser handlar om människans kraftkälla i förhållande till olika slags lidanden, genom mötet med transcendens, tröst och närhet till döden och att människan bejakar sin inre längtan.

¹³² Alpers, Helseth, Bergbom (2012) nämner t.ex. anhörigas närvaro som främjande av inre styrka, där relationen karaktäriseras av tillit och ömsesidighet.

¹³³ Lundman, Aléx, Jonsén, Lövheim, Norberg, Nygren, Santamäki Fischer & Strandberg (2012).

¹³⁴ Nygren et al. (2007).

Det finns brist på överensstämmelse gällande vad olika forskare sätter in i begreppen kraft och källa. Beroende på de perspektiv studierna utgår från leddes min studie till flera näraliggande begrepp såsom inre styrka, resurs, tillgång, livskraft osv.

De nationella och internationella forskningarna har grupperats under olika teman, och presenteras enligt följande rubricering: *Människans inre styrka – en kraft till hälsa*, *Livsmening genom bekräftad värdighet – en kraft till hälsa*, *Tro – en kraft till hälsa*, *Hopp – en kraft till hälsa*, och *Livskraft genom förbundenhet med livet – en kraft till hälsa*.

4.1.1 Människans inre styrka – en kraft till hälsa

Många forskare¹³⁵ lyfter fram att det hos människan finns en inre styrka som utgör en inneboende kraft till hälsa. Att människan har en inre styrka beskrivs som en viktig och grundläggande resurs eller källa som främjar välbefinnande (Lundman et al. 2012)¹³⁶ och verkar helande (Roux et al., 2002)¹³⁷. Även Thorkildsen et al. (2012) omtalar människans inre kraft, men de befäster den som helig och hävdar att dess grundvalar utgörs av kärleken. Williams (2012) skriver att patienter¹³⁸ har en inneboende styrka i sig själva med förmåga till självtranscendens som kan minska sårbarhet i lidandet¹³⁹. Författaren visar att självtranscendens är en process utlöst av lidande genom erfarenheter som uppkommer när människan lever med fysiska biverkningar av sjukdomsbehandling eller när hon befinner sig i dödens närhet. Självtranscendens utlöses även genom att människan hämtar styrka inifrån sig själv eller genom uppfattande av en vändpunkt av andlig beskaffenhet¹⁴⁰.

¹³⁵ T.ex. Lundman et al. (2012); Roux, Dingley & Bush (2002); Thorkildsen et al. (2012); Williams, (2012); Lundman et al. (2010); Lundman, Aléx, Jonsén, Lövhelm, Nygren, Santamäki Fischer, Strandberg & Norberg (2011); Nygren, Norberg & Lundman (2007); Dingley, Roux & Bush (2000); Strang & Strang (2001).

¹³⁶ Författarna har undersökt hälsa bland människor som är 85 år eller äldre.

¹³⁷ Författarna har studerat inre styrka hos kvinnor.

¹³⁸ Författaren har forskat inom området onkologi och skriver om patienter som genomgått celltransplantation.

¹³⁹ Patienterna i studien hade en inre kraft att inte bara möta utmaningarna som mötte dem utan även att växa genom sina erfarenheter.

¹⁴⁰ I studien beskrivs att mänskliga kontakter minskade patienternas upplevelser av sårbarhet under processen. När patienterna återhämtade sig beskrev de hur de förändrades både fysiskt och personligt.

Vad innebär det att ha en inre kraft?

Enligt Lundman, Aléx, Jonsén, Lövheim, Norberg, Nygren, Santamäki Fischer och Strandberg (2010) utgörs en övergripande förståelse för inre styrka av att stå stadigt och vara säker (beslutsam) med båda fötterna på jorden och att höra samman med familj, vänner, samhället, naturen samt andliga dimensioner och att ha förmåga till transcendens. Att ha en inre styrka är att vara kreativ och flexibel vilket innebär tro på egna möjligheter att verka och att göra val och förmåga att påverka livets bana i en förnimbar meningsfull riktning. Inre styrka är att ta ansvar för sig själv och andra samt att kunna uthärda och handskas med svårigheter och mångfald. Lundman et al. (2011) skriver att inre styrka utgör en viktig resurs som främjar välbefinnande¹⁴¹.

Nygren et al. (2007)¹⁴² skriver att inre styrka innebär upplevelse av att vara tillfredsställd (eng. competent with oneself) och duglig i sig själv och att ha tilltro till sig själv. Inre styrka avser även att se positivt på livet utan att rädas dess mörka sidor, att känna sig hemma och lugn i sig själv men ändå vara aktiv, att vara den samma men ändå i tillväxt mot nya mönster samt att leva förankrat i nuet men samtidigt också i det förflutna och i framtiden.

Strang och Strang (2001) skriver att kännetecknande för individer som klarar av att hantera livet trots sjukdom är att de har starka medfödda resurser i sig själva. De har stark tilltro till sig själva och till sin egen styrka. De är aktiva genom att söka information, engagerade i att bli botade och gör positiva omtolkningar av livets omständigheter i vilka hopp spelar en framträdande roll. Tilltro till en abstrakt annan¹⁴³ kan generellt för många ersättas av en tro och en självtillit till det egna

¹⁴¹ Författarna har gjort en studie av inre styrka i relation till funktionell status, arrangemang kring levnaden och sociala relationer bland människor som är 85 år eller äldre. Förekomsten av olika sjukdomar förknippades i författarnas studie med låg inre styrka. Författarna nämner i studien hjärtsjukdomar, kronisk obstruktiv lungsjukdom, osteoporos eller diagnostiserad depression. Betydande samband hittades mellan hög inre styrka och olika slags sociala relationer. Deltagare i studien med en större grad av inre styrka hade bättre fysisk hälsa och mera tillfredsställande sociala relationer.

¹⁴² Författarna har undersökt inre styrka genom intervjuer med kvinnor och män på 85 respektive 90 år.

¹⁴³ Endast tre av patienterna som undersöktes i studien var troende. En av de undersökta patienterna som var troende och uttryckte bönen som ett kraftfullt verktyg i den utsatta

jaget, till vetenskapen, till positivt tänkande och genom närhet till naturen. Hur människan själv väljer att tänka, förhålla sig positiv och välja aktiva strategier utgör en grundpelare som hennes styrka står på. Kulla (2006) skriver att moral (som är lätt och positiv) spelar en viktig roll som hälsoresurs. Hon nämner att det finns både interna och externa hälsoresurser. Att stärka den positiva hälsan är viktigt för människan genom att omvända hälsohinder till hälsoresurser¹⁴⁴.

Roux, Dingley och Bush (2002) listar fem byggstenar för inre styrka: 1) *att veta och söka* (att söka förståelse, mening, och riktning i det egna livet, sökandet möjliggörs när det inte finns någon rädsla för sanningen, att finna mening i livet), 2) *att formas genom kontakter* (att acceptera stöd och omsorg, att lita på andra), 3) *kvardröjande i ett annorlunda ställe genom att återskapa anden inuti* (transcendens, att frångå det negativa), 4) *helande genom att tillåta positionsförändring och formation i nuet* (att vara ärlig, aktiv och engagerad) och 5) *att förbinda sig till framtiden genom att leva en ny norm* (genom att hjälpa och stöda andra, som ger hopp och visioner för den egna framtiden).¹⁴⁵

Vad främjar inre kraft?

Stöd från familjen, vänner och vårdpersonal utgör en källa till gemenskap som bidrar till att skapa en upplevelse av inre kraft¹⁴⁶. På ett liknande sätt kan hälsopersonalen ge kraft i termer av att engagera patienter i processen av beslutstagande som möjliggör att de själva kan vara aktiva gällande sin vård (Elmir, Jackson, Beale, & Schmied, 2009).

situationen, medan icke-troende uttryckte att religiös tro säkert kunde vara till hjälp för de som tror, men inte för dem själva.

¹⁴⁴ Författaren har undersökt äldre hemmaboende svensktalande finländare, en minoritetsgrupp med bättre hälsa och som lever längre än majoritetsbefolkningen i Finland.

¹⁴⁵ I en tidigare forskning lyfter Dingley, Roux & Bush (2000) fram sex kännetecken för inre styrka: 1) *tillväxt och formation*, 2) *konfronterning av en livserfarenhet eller händelse*, 3) *en fördjupad självkännedom*, 4) *medvetenhet om de egna behoven och möjligheter/källor att tillmötesgå dessa behov*, 5) *känsla av anknytning* och 6) *en fokuserad och harmonisk interaktion med omgivningen*. Författarna redovisar även fyra konsekvenser som följer av inre styrka, nämligen att ha kapacitet, känsla av kontroll och självbestämmande, en känsla av skicklighet och positiv självuppfattning samt psykologiskt välbefinnande.

¹⁴⁶ Studien är gjord bland australiensiska kvinnor och deras upplevelser av återhämtning från bröstcancer. Familjen och vännerna har möjlighet att ge beröm, uppmuntran och vägledning.

Även Alpers et al. (2012) har undersökt upplevelser av inre styrka hos kritiskt sjuka patienter och skriver att den inre styrkan främjas av att ha stöd av anhöriga, men de lyfter därutöver fram önskan att fortsätta leva, att bli sedd och tecken på framsteg. Det bärande elementet för främjandet av inre styrka utgörs av gemenskap med anhöriga där relationen karaktäriseras av tillit och ömsesidighet.

4.1.2 Livsmening genom bekräftad värdighet – en kraft till hälsa

Redan år 1987 påvisade Reker, Peacock och Wong positiva samband mellan attityder i livet och främjandet av hälsa och välbefinnande¹⁴⁷. Positiv livsorientering hos människan utgör en inre hälsoresurs (Fagerström, 2010)¹⁴⁸. Begäret efter liv, kärlek och mening är grundläggande mänskliga egenskaper, och att uppleva sig behövd inverkar på människans behov av att älska och vara älskad. Människan har ett begär både efter kärlek och efter en mening i livet (framför allt i vardagen), och genom att få begäret efter kärlek och en mening i livet samt att vara behövd tillfredsställt kan dessa två begär simultant uppfyllas. Det som därmed sker är en bekräftelse av hennes upplevelse av värdighet¹⁴⁹. Människans upplevelser av att vara behövd kan således uppfylla både hennes längtan efter kärlek och livsmening, vilka då de uppfylls utgör källor till välbefinnande och hälsa. Även Mayeroff¹⁵⁰ menar att människor motiveras av att vara behövd. Författaren framhåller att människan kan bli hel endast genom gemenskap. Att uppleva mening i livet är väsentligt för att få kraft. Strang och Strang (2001) skriver att meningsfullhet är mest central för livskvalitet och skapas av nära relationer med familj och nära vänner. Även sjukhuspersonal spelar en viktig roll för att hjälpa patienten¹⁵¹ att hantera situationen. Trots en utsatt situation finns det områden i människans liv, främst nära relationer till barn och familj som har en stor emotionell betydelse som kan ge livsmening. Andra faktorer som skänker livsmening är musik, arbete och hobbyer. Kyngäs, Mikkonen, Nousiainen, Ryttilähti, Seppänen, Vaattovaara och Jämsä (2001) betonar att det sociala stödet, tro på tillfrisknande och återgång till

¹⁴⁷ Författarna nämner både fysiskt och psykiskt välbefinnande.

¹⁴⁸ Författaren har undersökt äldre människors (i åldern 65 till 75) hälsa.

¹⁴⁹ Fagerström (2010) skriver vidare att mening i livet definieras som en upplevelse av klara mål, en upplevelse av att nå dessa mål och en tro på att ens dagliga aktiviteter är meningsfulla, samt en optimistisk syn och upprymdhet över livet. När människan har planer framåt kan hennes hälsa stärkas.

¹⁵⁰ Mayeroff (1971).

¹⁵¹ Studien är gjord bland patienter med hjärntumörer.

det ”normala livet”¹⁵² så fort som möjligt efter ett lidande innebär en källa till trygghet. Familjen utgör det viktigaste emotionella stödet. En positiv livsattityd, att fortsätta vara aktiv och engagerad¹⁵³, och vilja att kämpa emot sjukdom men att samtidigt acceptera den som en del av ens liv utgör källor för att kunna hantera lidandet. Författarna lyfter fram att viljan att kämpa för livet ökar då livet hotas t.ex. genom svåra erfarenheter¹⁵⁴.

Livsmening via gensvar på människans inre längtan efter kärlek och värdighet

Människans inre kraft och livsmening kan främjas genom att hennes värdighet och längtan efter kärlek bevaras. Att människan upplever att hennes värdighet bevaras är viktigt för hennes vandring mot hälsa (Parry & Glover, 2010). Också det att vara aktivt givande trots att man själv är lidande innebär livsmening som skänker kraft. Murray, Kendall, Boyd, Worth och Benton (2004) skriver att människor som är aktivt givande är mer nöjda med livet. Författarna påvisar även att de andliga behoven är uttryckta i termer av att bevara en upplevelse av självet och självvärdet, att ha en roll i livet där man är till nytta och betyder något, att bibehålla en aktiv roll med familjen och vännerna. Att vara aktivt givande tolkas i denna studie kunna skänka livsmening som bekräftar och svarar an mot människans längtan efter att få ge kärlek.

4.1.3 Tro – en kraft till hälsa

Tro¹⁵⁵ som kraft till hälsa återkommer i forskning som fokuserat hur patienter genom tro kan få kraft att hantera sjukdom och lidande¹⁵⁶. Tro¹⁵⁷ skänker människan tröst, säkerhet, visshet, frid, lugn, rofylldhet, tacksamhet och frånvaro

¹⁵² Författarna hänvisar till livet som det tog sig uttryck före sjukdomens inträdelse.

¹⁵³ Detta tog sig uttryck i att patienterna sökte information om sjukdomen. Denna information utgjorde ett stöd eftersom den hjälpte dem att förstå och hantera sin sjukdom och dess behandlingar.

¹⁵⁴ Författarna hänvisar till Rittenberg.

¹⁵⁵ Med tro avses i min studie tro på en abstrakt annan, andra krafter, en konkret annan (t.ex. en annan människa) eller tro på en själv och egna resurser.

¹⁵⁶ T.ex. Hughes, et al. (2009); Kyngäs et al. (2001); Henderson et al. (2003); Strang & Strang (2001); Kelley & Chan (2012); Fletcher, Schneider & Harry (2010); Saarelainen (2012).

¹⁵⁷ I forskningen har författarna undersökt patienter med cancersjukdom.

av rädsla¹⁵⁸ (Hughes, Closs & Clark, 2009). Kyngäs et al. (2001) skriver att tro på egna resurser av styrka, tro på en abstrakt annan, tidigare livserfarenheter¹⁵⁹ utgör källor att hantera ett sjukdomslidande på. Även Henderson, Gore, Davis, Condon (2003) framhåller att tro på en abstrakt annan utgör en stark källa till kraft¹⁶⁰. Strang och Strang (2001) menar att tro och arbete är viktiga element för hantering av situationen då en människa är inne i ett lidande. En viktig faktor är huruvida personen har kämparglöd¹⁶¹ som motiverar honom eller henne att fortsätta eller inte. Med kämparglöd avses tro på en abstrakt annan, andra krafter eller tillit till själv. Det kan även handla om tillit till andra människor (t.ex. läkare) och hopp till livet. Kämparglöd innefattar även en positiv attityd till livet, även om orsakerna till hoppet kan förändras under ett sjukdomsförlopp. Kelley och Chan (2012) lyfter fram att en trygg anknytning till den abstrakta andra, mening och positiva religiösa hanteringsmönster har betydelsefulla direkta och indirekta effekter på sorg och stressrelaterad utveckling. Tro på en konstant tillgänglig, mottaglig och välvillig abstrakt annan kan ge människan en fundamental upplevelse av mening och sammanhang, trots förlust och lidande. Den här upplevelsen av sammanhang kan möjliggöra att människan får föreställa sig en hoppfull, och meningsfull framtid, även mitt i en sorg. Thuné-Boyle, Stygall, Keshtgar, Davidson och Newman (2012) skriver att positiva religiösa strategier för coping mer sannolikt är relaterade till positiva utfall i livet såsom t.ex. positiv inverkan och livstillfredsställelse. Fletcher et al. (2010)¹⁶² skriver att tro och positivt tänkande ger kraft i lidande.¹⁶³

Saarelainen (2012) skriver att böner utgör ett kraftfullt element av andlighet som kan skänka hopp, tröst och trygghet till den förändrade livssituationen¹⁶⁴ och att stödet av familj och vänner således är speciellt framträdande som kraftgivande genom den ovärderliga tröst dessa människor har att förmedla genom omsorg och

¹⁵⁸ Genom att ha god förståelse av sin sjukdom, effektiv behandling och starka relationer till familj, vänner, hälsopersonal, och andra patienter kan känslor av säkerhet och tillförsikt odlas, menar författarna.

¹⁵⁹ Här avses att tidigare i livet ha stött på svårigheter och motgångar och genomgått dem.

¹⁶⁰ Författarna har undersökt kvinnor med bröstcancer.

¹⁶¹ Eng. *fighting spirit*.

¹⁶² Författarna har undersökt aspekter som påverkar mödrars förmåga att hantera pediatrik cancer.

¹⁶³ Författarna har undersökt pediatrik cancer.

¹⁶⁴ För att lugna ner sig själva skrev patienterna ned tankar och känslor (vilket kunde tolkas som en längtan efter att vara ärlig i förhållande till situationen). Att acceptera situationen gav sinnesfrid.

omtanke. Kärleken kan anas i studien ovan men den framkommer inte explicit eller uttalas¹⁶⁵.

Chao, Chen och Yean (2002) skriver att tro¹⁶⁶, hopp¹⁶⁷ och tacksamhet kan relateras till upplevelsen av gemenskap med en högre makt eller den abstrakta andra. I kritiskt avgörande livshändelser såsom händelser av sjukdom, möten med döden och förluster söker människan efter den ultimata meningen med livet. Eftersom en genuin tro härstammar från en inre styrka kan en sådan tro ge människan en gränslös vitalitet¹⁶⁸.

4.1.4 Hopp – en kraft till hälsa

Hopp framkommer i olika studier¹⁶⁹ som en kraft till hälsa. Studierna har fokuserat hur människan genom hopp kan få kraft att hantera livet trots sjukdom och lidande. I denna studie ansluter jag mig till det som Kelley och Chan (2012) refererar utifrån Havel om att hopp inte är övertygelsen om att något kommer att resultera i något som kan anses vara fördelaktigt, utan handlar om en inre visshet om att något har mening oberoende av hur det går. I denna studie förenar jag mig även med det synsätt som författarna Chao et al. (2002) utifrån Carson visar att ett mänskligt hopp riktat mot jordisk art inte kan ge verklig tröst mot besvikelser, medan ett hopp som är av evig art kan förse människan med ett hälsosamt perspektiv så att människan bärs upp genom frid och glädje. Människans hopp kan således vara orienterat mot mål, handlingar och relationer på jorden eller mot

¹⁶⁵ Att kärleken var det verksamma som gav kraft kan spåras i en patients utsagor kring stödet från en nära anhörig som framkommer i Saarelainens studie (2012, 58) där författaren uttryckte sig såhär: "It felt unbelievable to see the love in his eyes when he looked at me."

¹⁶⁶ Författarna skriver utgående från Carson (1989) "Spiritual dimensions of nursing practice" att *tro är universellt närvarande både hos en icke-religiös och en religiös människa och är det som ger henne förmåga att forma och bevara meningen i livet.*

¹⁶⁷ Författarna Chao et al. (2002) hänvisar till Carson och menar att människans hopp som är riktat mot det timliga inte kan förse människan med verklig tröst mot besvikelser, medan hoppet som är av evig typ förser människan med ett hälsosamt perspektiv och att personen bärs uppfylls med frid och lycka. Carson (1989) skriver att människans hopp kan vara orienterat mot mål, handlingar och relationer på jorden eller mot eviga mål, handlingar och relationer med ett den abstrakta andra.

¹⁶⁸ Författarna skriver att när en döende människa har en tro så grundad i en djup tro kan inget lidande förändra den. Även när hennes kropp "förs till graven" finns tron på att själen inte försvinner.

¹⁶⁹ Jfr Coulehan (2011); Parry & Glover (2010); Björk, Wiebe & Hallström (2005); Lohne (2008); Chen & Chang (2012); Fletcher et al. (2010); Strang & Strang (2001).

eviga mål, handlingar och relationer med ett den abstrakta. Parry och Glover (2010) framhåller människans hopp som betydelsefullt för hennes vandring mot hälsa. Björk et al. (2005) skriver att eftersträvan att känna hopp, att ha positiv fokus, få kontroll och att uppleva sig nära andra människor kan hjälpa i lidandet¹⁷⁰.

Hopp¹⁷¹ innebär en universell tröst som kan lindra lidande, skriver Coulehan (2011). Hoppet är som en sång utan ord som aldrig upphör ljuda, trots att livets hårda stormar skakar om människan då hon befinner sig i ett extremt svårt lidande. Författaren hävdar att hoppet framspringer ur en inre levande källa vars naturliga utflöde utgörs av de ordfragment som människan efterhand tonsätter det med¹⁷². Hoppet ber aldrig om något åter för dess trogna tjänsteutövande. Ett djupgående hopp upplevs som en beständig och hållbar inre styrka som berikar människans väsen och gör att hon åter kan finna mening i livet, även efter en tragisk förlust¹⁷³. Numera ser man människans hopp som någonting djupt hållbart och uthärdigt som kan bära henne även genom det svåraste lidande. Ett inom människan djupt förankrat hopp upplevs som en beständig inre kraft som berikar existensen och ger henne motiv för framtiden.

Hopp är väsentligt för den vitala livskraften

Fenomenet hopp innehåller en positiv substans enligt Lohne (2008) och är orienterat mot framtiden. Samtidigt som hoppet innehåller en framtida ingrediens och någonting positivt finns där ändå en osäkerhet om att framtiden som sådan förblir oviss. Hoppet kan därmed samtidigt upplevas som både förförande och skrämmande. Det är utmanande för människan att balansera mellan hopp och verklighet, som kan utgöra en riktig berg-och-dalbana. Men utan hopp om

¹⁷⁰ Studien hänvisar till familjemedlemmars förmåga att överleva då deras barn fått en cancerdiagnos.

¹⁷¹ Coulehan (2011) har undersökt hopp bland patienter i terminalskede. Författaren menar att hopp utgör en naturlig mänsklig förmåga och den individuella profilen bestäms av genetiska och miljömässiga faktorer. Hopp skiljer sig från optimism och förväntan trots att det är relaterat till dem.

¹⁷² Coulehan (2011) skriver att detta är i analog med Mark Twains träd om hoppet och dess återkommande blomstrande.

¹⁷³ Coulehan (2011) skriver att tidigare såg man på människans hopp som ömtåligt och att ett klart uttalande av sanningen där en patient får en sjukdomsprognos bestående av en nära förestående död skulle vara en katastrof som skulle bryta sönder människan. Numera ser man på hoppet som hållbart och uthärdigt som kan bära människan framåt, menar författaren.

framtida möjligheter avtar eller borttonar förr eller senare den vitala livskraften inom människan¹⁷⁴.

Hoppet innehåller en kreativ och fantasifull process

Hopp innefattar en kreativ och fantasifull process. En hoppfull människa upplever bredare gränser och möjligheter som inte är absoluta eller inskränkta (Lohne, 2008). Chen och Chang (2012) skriver att hoppfulla tankar på framtiden och planer för den ger kraft i nuet¹⁷⁵. Fletcher et al. (2010)¹⁷⁶ hävdar att det som ger kraft i lidandet utgörs av att ha hopp och att ta hand om sig själv och vara skyddande.¹⁷⁷

I ett andligt perspektiv är hopp oskiljaktigt från tro¹⁷⁸. Hoppet om evigt liv eller att få hjälp av den abstrakta andra hör till det teologiska och transcendentia perspektivet på hopp. Att hoppas är universellt och nödvändigt för människans överlevnad. Hoppet kan upplevas som olika slags vändpunkter i lidandet, där människan ser möjligheter till en förbättring och därför får allt mer hopp. Hoppet är kraftfullt och kan ibland i lidandet vara det enda som människan upplever finns kvar och det enda som ger henne kraft att gå vidare och inte ge upp. Hoppets kraft påvisar den inre oanade uthålligheten och styrkan baserad på tro och vilja. Hoppets substans kan förändras beroende på olika omständigheter. Hoppet kan innefatta en längtan bakåt till en annan tid i livet, eller näras genom ett minne av det förflutna livet¹⁷⁹. Författaren ser människans längtan som en viktig kraftkälla för att bevara och främja hoppet när patienten är fylld med förtvivlan och rädsla. Upplevelser av längtan tillbaka till livet innan det personliga lidandet uppkom¹⁸⁰ kan skapa nya hopp i lidandet. Lohne (2008) ser en distinktion mellan att *ha hopp* och att *vara i hopp*. Att ha hopp begränsas till ett koncept utanför människan

¹⁷⁴ Lohne (2008) hänvisar här till sin egen studie från 2006 som berör hoppets kraft.

¹⁷⁵ Författarna har undersökt patienter som fått en cancerdiagnos.

¹⁷⁶ Författarna har undersökt aspekter som påverkar mödrars förmåga att hantera pediatrik cancer.

¹⁷⁷ Författarna har undersökt mödrar vars barn har pediatrik cancer.

¹⁷⁸ Lohne (2008).

¹⁷⁹ Lohne (2008) refererar även till Marcel som menar att hoppet är ett uttryck för önskade förhoppningar byggda på tidigare erfarenheter.

¹⁸⁰ Författaren har studerat människor som drabbats av allvarliga olyckor med skador på ryggmärgen.

såsom ett specifikt hopp där det finns en rörelse mellan att hoppas och att lida medans att vara i hopp avser att ha sin boning i framtiden och förlita sig på den¹⁸¹.

Vad återskapar och främjar kraft?

Flera författare¹⁸² skriver att återskapande av hopp och livsmening ger kraft till hälsa. Därmed är det väsentligt att vilja och välja väg. En betydande väg för återskapande av mening i lidandet kan ses i form av handling och aktivitet genom en intensiv strävan efter det som betyder något, skriver Amour (2003)¹⁸³. Den här intensiva jakten på det som har betydelse och återskapande av mening skapar ordning och upprätthåller kontroll genom att människan sluter sig till en ny mening och genom att hon drar slutsatser. Utöver att dessa handlingar skapar en upplevelse av personligt sammanhang och kontinuitet, så är dessa handlingar, i samstämmighet med andra människor, något som ytterligare främjar utvecklingen av en social identitet. Dessutom formar dessa handlingar nya vägar av tillhörighet och upplevelse av att höra hemma. Coulehan (2011) skriver att uppbyggande element för människans hopp i ett svårt lidande utgörs av mellanmänsklig samhörighet och gemenskap, nåbara mål, andlig övertygelse och utövande av personlig tro, mod, lättsamhet (inte bära oro i onödan), personliga egenskaper såsom förmåga till gränssättning, fridfullhet, upplyftande minnen och bekräftelse av ens personliga värde¹⁸⁴.

Att återskapa hopp är kraftgivande¹⁸⁵ och enligt Wu et al. (2009) sker det genom tre processer, nämligen genom att människans omstrukturering av sina tankar, omvärdering av vad hon har och genom visualisering av bilder om en hoppfull

¹⁸¹ Författaren hänvisar även till Marcel som menar att det att vara i hopp ska ses som en inre aktivitet som framspringer ur själva existensen.

¹⁸² Jfr Wu Chin, Haase & Chen (2009); Juvakka & Kylmä (2009); Chen & Chang (2012).

¹⁸³ Författaren har gjort sin undersökning bland människor som förlorat en anhörig genom suicid. Människans aktiva sökande efter information kring omständigheter om en anhörigs suicid och graden av skador kan ses som en kamp för personlig rättvisa samt kan vara kraftgivande på det vis att de tvingar överlevarna att tänka och agera på sådana sätt som är bestämmande för deras nya sociala identitet.

¹⁸⁴ Coulehan (2011) beskriver förtryckande faktorer av människans hopp i livets slutskede som okontrollerbar smärta och obehag, övergivenhet och isolering och nedvärdering av personligheten.

¹⁸⁵ Författarna har studerat unga människor med cancer.

framtid¹⁸⁶. Genom kännedom om sjukdom och lidande kan människan genom omstrukturering av tanken komma till insikt om att hon är tvungen att offra tidigare mål i livet för att uppehålla och bevara sin hälsa och på det viset överleva.¹⁸⁷ Ett sjukdomslidande kan försätta människan i en process där hon omvärderar vad hon trots lidande och sjukdom har kvar vilket hjälper henne att få mod att möta sitt liv på ett ärligt sätt. Närheten till anhöriga ger stöd, uppmuntran och hjälp att se den ljusa sidan av olika aspekter, och framför allt ges kraft i lidandet när de anhöriga aldrig överger den sjuka. Hopp ger kraft att uthärda lidandet. Juvakka och Kylmä (2009)¹⁸⁸ beskriver två typer av hopp: hopp som intention som är riktat mot någonting och hopp som en inre resurskälla. Att omdirigera tankar eller omvända ens medvetenhet mot positiva observationer är väsentligt för att erhålla kraft.

Att få hopp genom konfrontation av lidandet och återfå vardagslivet genom gemenskap i nuet

Kenne Sarenmalm, Thorén-Jönsson, Gaston-Johansson och Öhlén (2009)¹⁸⁹ skriver att konfrontation av det egna lidandet är början på en personlig förändringsprocess där människan rör sig genom en svår och utmanande tid, mot att finna mening och transcendens. Att återfå vardagslivet är centralt för att

¹⁸⁶ Gällande visualisering av hoppfulla bilder av framtiden förklarade en patient att han tidigt hade bestämt sig för att återhämta sig snabbt. Han uttrycker att han var tvungen att ständigt hålla fast vid hoppet. Han gestaltade för sig själv hur han, ifall han lyckades genomgå behandlingen väl och kom på fötter igen, skulle kunna betala tillbaka kostnaderna för behandlingarna till sina föräldrar. Som en del av processen av utvecklande av hoppfulla bilder och mål, lärde sig patienterna beteenden och tankeprocesser genom sina stödsystem, innefattande hälsopersonal, andra människor med cancersjukdom och familjen som uppmuntrade dem att tänka på framtiden.

¹⁸⁷ Trots det faktum att patienterna fick kännedom om och accepterade sin roll som patienter upplevde de sig ändå ofta obekväma, arga och osäkra på situationen som de genomgick. I sådana situationer försökte de inte använda undvikande strategier, utan baserat på sina sammanfattningar av sin situation jobbade de i stället med att fokusera positiva aspekter i dessa situationer. De upplevde att sådana positiva tankar gjorde dem starkare så att de kunde fortsätta framåt. Genom att se canceren som ett test eller en utmaning, upplevde sig deltagarna att de kunde uppmuntra sig själva att fortsätta framåt i deras från "dag till dag-värld". Gällande omvärdering av vad patienterna hade, kom de till insikten om att de inte var ensamma. De insåg att hade de mycket kvar att vara tacksamma över trots sjukdomen. De lärde sig uppskatta vad de hade och att vara tacksamma för familjen och andra som gav stöd.

¹⁸⁸ Författarna har undersökt hopp hos unga med cancer.

¹⁸⁹ Författarna har undersökt bröstcancerpatienter.

finna mening och transcendens, liksom att hålla dagliga rutiner¹⁹⁰ och sköta dagliga sysslor under den helande processen.

Bruce, Schreiber, Petrovskaya och Boston (2011)¹⁹¹ skriver att längtan efter en harmonisk bas att stå på förs upp på tre överlappande sätt: genom att vända sig mot den egna obekvämligheten och genom att lära sig släppa taget. Längtan efter en lugn bas att stå på förs även upp genom att vända sig från sin obekvämlighet och försöka att hålla det omedvetet genom att hålla sig till välkända tankar och idéer samt genom att lära sig leva i gränslandet och rörelsen mellan instabilitet och att inte veta¹⁹². Fletcher et al. (2010)¹⁹³ skriver att det som ger kraft i lidandet utgörs av att leva livet – under och efter att en sjukdomsdiagnos givits¹⁹⁴. Kenne Sarenmalm et al. (2009) skriver att genom att vara närvarande och försöka leva i nuet och inte i det förflutna eller i framtiden återfinns möjligheter att skapa välbefinnande. Även om människan kan uttrycka hopp av olika slag så är det mest förekommande hoppet om att överleva, eller om inte, att ändå få lite mer tid för att leva. Patienterna såg sin sjukdom som en utmaning, en påminnelse, eller en chans att förändras. De beskrev hur de fann inre styrka och såg sig själva som överlevare trots dålig prognos.¹⁹⁵

4.1.5 Livskraft genom förbundenhet med livet självt – en kraft till hälsa

I några forskningar¹⁹⁶ framkommer att andlighet och att leva nära döden kan öppna för nya dimensioner för att nå livsmening och livskraft. Med andlighet förstås i föreliggande studie en form av inbördes gemenskap i konkret eller abstrakt mening. Upplevelse av gemenskap ger en väg ut ur upplevelser av ensamhet.

¹⁹⁰ Patienterna uttryckte olika strategier för att distrahera dem från att lidandet upprepades (eng. *the recurrence*). Att arbeta med hemmet, motionera, läsa böcker, och se på tv distraherade dem när oro och rädsla upplevdes övermäktiga.

¹⁹¹ Författarna har gjort sin studie i en palliativ vårdkontext.

¹⁹² I studien används det engelska uttrycket *living in-between*.

¹⁹³ Författarna har undersökt aspekter som påverkar mödrars förmåga att hantera pediatrik cancer.

¹⁹⁴ Författarna har undersökt mödrar till barn med cancersjukdom.

¹⁹⁵ Kenne Sarenmalm et al. (2009) som undersökt patienter med bröstcancer.

¹⁹⁶ Jfr t.ex. Strang & Strang (2001) och Tibus & de Souza (2011).

Tibus och de Souza (2011) beskriver hur föräldrar som förlorat ett barn söker omgestalta livsmeningen och få kraft genom att hylla livet och dess skönhet trots tragedi och död¹⁹⁷. Att upptäcka att det finns andra människor med samma smärta och sorg som trots detta fortsätter att leva ett innehållsrikt liv kan ge en väg ut ur ensamhetskänslan¹⁹⁸. Döden öppnar för någonting nytt, den har någonting att lära genom att den banar väg för upptäckande av självet med en ökad insikt som frukt. Ny mening och riktning i livet finns att upptäcka genom detta¹⁹⁹. Strang och Strang (2001) påpekar att människor som är lidande²⁰⁰ och lever nära döden kan uppnå nya dimensioner²⁰¹. Någon form av andlig eller existentiell erfarenhet fungerar som hjälpmedel för att skapa mening. Denna andliga erfarenhet handlar om en tro på en kraft bortom självet, ett liv efter döden, på ödet, på godhet i livet eller på naturens storhet. En positiv förnyad uppskattning och hyllning av livet, omdefiniering och tro på den egna styrkan utgör enligt studien den mest framträdande strategin för att hantera den utsatta situationen i lidandet.

4.1.6 Sammanfattning av nationella och internationella forskning

De nationella och internationella forskningarna visar att människan inombords besitter en kraft till hälsa. Att ha inre kraft beskrivs som att vara tillfredsställd, hemma och lugn i sig själv, att samtidigt vara den samma, men ändå vara i tillväxt mot nya mönster samt att vara säker och ta ansvar för sig själv och andra. Den inre kraften innebär även att människan har en positiv livssyn och att hon tror på sina egna möjligheter att verka och göra val och påverka framtiden i en förnimbar riktning och kunna handskas med svårigheter. Att ha inre kraft handlar även om

¹⁹⁷ En mor skriver om sin döda dotter "I wanted to find beauty in her death". Föräldrarna till de avlidna barnen fick ny kraft genom att hylla livet och utvinna någonting positivt ur tragedierna genom att återvända till universiteten för att studera vidare, genom att bli medlem utav en stödgrupp i kommunen eller genom att föra dagbok över sina upplevelser.

¹⁹⁸ Genom att föräldrar berättade historien om sitt döda barn och lyssnade till och läste andra berättelser av andra föräldrar vars barn också har avlidit fann föräldrarna kraft för återhämtning från sorgen.

¹⁹⁹ Föräldrarna uttryckte en stark längtan efter att få lära sig något och växa genom sina erfarenheter av döden. En förälder uttryckte önskan om att bli en bättre förälder och inte ta saker för givna. Föräldern uttrycker därmed en längtan efter att få bli omformad genom upplevelserna och att dotterns död skulle spela ett så starkt inflytande över henne att hon aldrig mer skulle bli den samma.

²⁰⁰ Författarna har undersökt patienter med hjärntumör.

²⁰¹ Samtliga i studien hade någon form av traditionell religion som hade liten vikt för de flesta patienter.

att höra samman med familj, vänner, samhället, naturen och andliga dimensioner. Den inre kraften hos människan kan komma i rörelse genom en andlig upplevelse, och kraften antas till sitt väsen vara av helig beskaffenhet. Avgörande för människans tillägnelse av kraft är hur hon själv väljer att tänka, förhålla sig positivt och välja aktiva strategier samt använda sig av socialt stöd, eftersom dessa utgör grundpelare som hennes inre styrka står på. Det bärande elementet för främjandet och bevarandet av inre styrka utgörs av en form av gemenskap i konkret eller abstrakt mening.

De nationella och internationella forskningarna visar även att livsmening ger kraft till hälsa. Närvaron av anhöriga och den kraft den gemenskapen ger kan sägas svara an mot människans inre längtan efter kärlek (att både få ge och ta emot kärlek) och värdighet, som då den får gensvar skänker människan livskraft tack vare upplevelsen av livsmening. Gemenskapen framkallar kontakt med den heliga dimensionen som människan delar, dvs. kärlek, ljus, glädje, skönhet och liv. Den inre längtan efter kärlek handlar även om människans längtan efter att själv få ge kärlek. Tröst är kraftfull och lindrar lidande.

Vidare visar tidigare forskningar att tro och hopp kan skänka människan som vardar i hälsa kraft. Med tro ansluter jag mig i denna studie till det som Chao et al. (2002) refererar till utifrån Carson, nämligen, att tro kan ge människan förmåga att forma och bevara meningen i livet. Tro och andlighet kan skänka människan kraft genom att människans livsmening bevaras och hon ser positivt på livet och vågar tro att vägen är framkomlig. När människan upplever tro erhåller hon även tröst, lugn, och frid. Tro på egna resurser av styrka, tro på en abstrakt annan som är tillgänglig, mottaglig och välvillig kan förse människan med en stark källa till kraft och en fundamental upplevelse av mening och sammanhang trots lidande. Både den konkreta och den abstrakta andra kan således skänka människan en upplevelse av äkta närvaro och gemenskap i kärlek som ger människan tro, som är kraftgivande.

Gällande de studier som lyfter fram hoppet som kraftgivande kan sammanfattas att hoppet framstiger ur en källa vars springflöde utgörs av det som människan efterhand tonsätter den med. Hoppets substans kan därmed förändras och är beroende av människans inre längtan. Människans inre längtan har potential att

bevara och främja hoppet i lidandets mörker. Till hoppets väsen hör en kreativ och fantasifull process som har potential att bredda gränser och öppna för nya möjligheter hos människan. Hopp innebär därmed kraft och det djupa hoppet som en beständig inre kraft berikar existensen och ger människan motiv för framtiden. Hoppets implementering fordrar dock tro och vilja av människan. Till hoppets väsen hör även att det samtidigt bär på både en lockande och en skrämmande substans, som har att göra med att hoppet innehåller en framtida förhoppning om någonting positivt samtidigt som en osäkerhet tränger sig på genom uppfattningen om att framtiden alltid som sådan förblir oviss. Hoppet är universellt för människan och utgör en förutsättning för upprätthållande av den vitala livskraften.

Utifrån ett andligt perspektiv är tro och hopp oskiljaktiga. Att ha hopp begränsas till något utanför människan, medan att vara i hopp innebär att ha sin boning i framtiden och förlita sig på den. I denna studie ansluter jag mig till det som Kelley och Chan (2012)²⁰² skriver gällande att hopp inte är övertygelsen om att något kommer att resultera i något som kan anses vara fördelaktigt, utan handlar om en inre visshet om att något har mening oberoende av hur det går. I denna studie förenar jag mig även med det synsätt som författarna Chao et al. (2002) utifrån Carson skriver om att ett mänskligt hopp riktat mot det timliga inte kan ge verklig tröst mot besvikelser, medan ett hopp som är av evig art kan förse människan med ett hälsosamt perspektiv så att människan bärs upp genom frid och glädje. Människans hopp kan således vara orienterat mot mål, handlingar och relationer på jorden eller mot eviga mål, handlingar och relationer med en abstrakt annan.

I några forskningar²⁰³ framkommer att andlighet och att leva nära döden kan öppna för nya förståelsehorisonter för att människan ska nå fördjupad och förnyad livsmening och livskraft. Med andlighet förstås här någon form av inbördes gemenskap i konkret eller abstrakt mening. Andlighet handlar även om att förlåta och bli förlåten samt komma i gemenskap med naturen, där den underbara skönheten är besjälad med återklang från den andliga sfären. Den ultimata meningen med livet, mötet med lidande och död utgör en väg till existentiellt uppvaknande. Utifrån detta tolkas att *livet självt har makt att ge människan kraft*.

²⁰² Författarna refererar utifrån Havel.

²⁰³ T.ex. Strang & Strang (2001) och Tibus & de Souza (2011).

4.2 Forskning inom caringtraditionen vid Åbo Akademi

I detta kapitel redogörs för forskningar inom caringtraditionen vid Åbo Akademi²⁰⁴. Forskningarnas innehåll har grupperats i liknande teman med följande rubricering: *Hälsans förbundenhet*²⁰⁵ *med ethos*, *Hälsans förbundenhet med tro*, *hopp och kärlek*, *Hälsans förbundenhet med evigheten och den abstrakta andra*, *Hälsans förbundenhet med döden och lidandet* och *Sammanfattning av forskning inom caringtraditionen – ett nytt öppnande*.

Det visade sig tidigt då jag gick igenom forskningar inom caringtraditionen vid Åbo Akademi att det fanns mycket skrivet om hälsa och värdighet, hälsa och helighet eller hälsa och andlighet men att det inte närmare fanns beskrivet vad dessa hade för betydelse i relation till hälsa och närmare bestämt till människans *vardande i hälsa*. Jag upplevde att det i tidigare forskningar fanns en rad frågetecken kring hälsans djup och substans. Dessa frågetecken hänförde sig inte minst till tro, hopp och kärlek, som behövde återses och klargöras. Därför tog jag sikte i människans kraftkälla och hennes *vardande i hälsa* genom att främst se på det som stod skrivet om ethos, livets djupare dimensioner såsom lidandet och döden, tro, hopp och kärlek, evigheten och den abstrakta andra.

4.2.1 Hälsans förbundenhet med ethos

Enligt forskningarna inom caringtraditionen vid Åbo Akademi är hälsa och människans ethos förbundna med varandra och människans *vardande i hälsa* utgår från hennes inre rum. Wärnå (2002) beskriver hälsa som en tillblivelseprocess och att människan drivs inifrån hälsans inre rum. Hälsans inre rum besitter livskraft och livslust. Människan kan danas till den människa hon är ämnad att vara då hon får handla i frihet och genom inre harmoni. Vardandet handlar om att finna vägen till hälsans inre rum, i vilket människans enhet och

²⁰⁴ Valet av denna tradition och genomgång av forskningar inom den är given eftersom syftet i min studie är att fördjupa och nyansera förståelsen av hälsans ethos genom att utforska människans vardande i hälsa. Traditionen sätter människan i centrum och utgår från en ontologisk syn på hälsa.

²⁰⁵ Jfr Buber (1985) gällande begreppet *förbundenhet*.

helighet kan återupptäckas. Även Hilli (2007) menar att källan till livskraft och motiv finns i det innersta rummet. "Ethos" har kopplingar till "hem". Tankar om hemmet framförs av Hilli (2004) som menar att "hemmet" utgör den plats där människan kan söka skydd från omvärlden och få vila och ro. I hemmet kan människan vara sitt sanna jag och visa sin innersta längtan. Människan inhämtar näring från "hemmet" eftersom det utgör en kraftkälla. Hemmet handlar även om människans inre, vem hon i själ och hjärta är, hennes ethos och om var hon hör hemma. Detta inre hem inom människan omsluter henne med trygghet och ger själen ro samt utgör motiv och drivkraft för hennes hållning och handlingar.

Söderlund²⁰⁶ lyfter fram den etiska hållningen som avgörande för den lidande människan, eftersom detta odlar fram mod inom henne att själv att bekräfta sin värdighet och därmed fullborda det etiska kravet som människa. När människan upplever värdighet följer mod, som handlar om att vilja och mod att vara sig själv för att kunna gå mot att varda i hälsa.

4.2.2 Hälsans förbundenhet med tro, hopp och kärlek

Genom att "främmandegöra det bekanta" i avhandlingarna har hälsans förbundenhet med tro, hopp och kärlek förtydligats och dess position återinförts i förgrunden. Tro, hopp och kärlek utgör teologiska dygder²⁰⁷. Dessa dygder finns inom människan av naturen och dygd innebär fullbordan av en aktiv kraft²⁰⁸. Dygderna som är ingjutna av den abstrakta andra hjälper människan att fullkomnas i det jordiska. Kraften finns både som någonting konkret som avslutas utanför människan och som något abstrakt som förblir inom henne. Näsman (2010, 130) skriver: "Det goda är både kraftens källa och verksamhetens mål...[...]... Dygden är den kraft som leder det etiska från tanke till handling, från ethos till gärning, från ideal till verklighet." Med detta avses att dygden i vardandet utgör en verksam kraft. Enligt Näsman har människans dygd ontologiskt sin grund i ett ethos. Människan kan genom dygden, sin fria vilja och sitt förnuft få beredskap att handla och stå ut med lidandet samt uppnå en strävan att nå det goda i livet. En central dygd är ödmjukheten, som balanserar människan så att hon vill göra det

²⁰⁶ Söderlund (2004).

²⁰⁷ Näsman (2010) hänvisar till Dahlby.

²⁰⁸ Näsman (2010) hänvisar även till teologen Thomas av Aquino.

rätta genom kärlek och mod. Om ödmjukheten styr varje enskild dygd blir de fruktbara för människan, annars blir de till last²⁰⁹. Dygderna (tro, hopp och kärlek) hjälper människan att blomstra och finna lyckan²¹⁰. Dygden är den kraft som kan forma målet mot det goda och mot hälsa, varpå välbefinnande och glädje följer. Rundqvist (2004) skriver i abstraktet till sin avhandling: "Avsikten med människans liv kan förstås som brukandet av den egna inre kraften. Kärleken". Rundqvist (2004, 158) skriver också att "där förmågan till kärlek saknas är människans anknytning till världen förvrängd till en önskan att dominera, att utöva makt över andra som om de vore ting". Författaren menar att människan får tillit till sin egen kraft när hon hittat sin kraftkälla, och sin arkimediska punkt²¹¹.

Min tolkning av avhandlingarna visar att tro, hopp och kärlek utgör hälsans grundförutsättningar²¹² och att *ethos är det innerst liggande inom människan som ger henne kraft och vilja till liv*. Även andra forskare, t.ex. Rosengren (2009) tar upp trons, hoppets och kärlekens betydelse för hälsa. Dessa begrepp står i direkt koppling med den abstrakta andra och vägen till hälsa och lycka. Tron och kärleken tas upp av författaren²¹³ som menar att om människan inte blir medveten om sin storhet kan hon inte heller bli lycklig, och storheten kan göras tillgänglig genom tron som gör den abstrakta andra närvarande i människans liv. Genom tron har människan lättare att möta lidandet²¹⁴, och den största glädjen och sanningen utgörs av erfarenheten av den abstrakta andra, men människan är fri att välja om hon vill bejaka hen eller inte. Människan har mod att göra sig fri från det världsliga genom sin förståelse och vilja då hon upplever den storhet som finns i kraft av den abstrakta andras sanning.²¹⁵ Rosengren²¹⁶ skriver vidare att tron har såatts i människans hjärta för att där i stillhet få leva och växa. Hon utgår från Pascal och menar att förändringen förutsätter att människans vilja till något nytt med sitt liv och att hon låter sig sökas av den abstrakta andra. Det finns en längtan efter

²⁰⁹ Näsman (2010) hänvisar till Campinha-Bacote.

²¹⁰ Näsman (2010) hänvisar till teologen Aquino.

²¹¹ Rundqvist (2004) refererar här till Eriksson.

²¹² Jfr Eriksson (1992); Söderlund, (2004).

²¹³ Författaren hänvisar till Modin.

²¹⁴ Rosengren (2010) hänvisar till Pascal (citerad i Stolpe).

²¹⁵ Människan har mycket att vinna genom att välja att tro på den abstrakta andra när livet känns meningslöst och hon förlorar ändå ingenting även det visar sig att han inte finns, hävdar Rosengren.

²¹⁶ Rosengren (2009) refererar Kaila.

mening i livet likt en rörelse inom människan, där själen söker en helhet som skapar frid och harmoni. Även Näsman (2010)²¹⁷ hävdar att det bästa och lyckligaste är ett liv i enlighet med förnuftet eftersom det är människans rätta jag som bär drag av den abstrakta andra. Bortom naturens kapacitet finns det yttersta goda, nämligen det goda livet²¹⁸. ”Dygdens väsen är hos människan det absolut Godas manifestation, det Evigas uppenbarelse i människan som ändlig varelse.”²¹⁹ Näsman²²⁰ hävdar att människans ansvarstagande stöds av dygderna, hon vågar lita på sig själv i förhållande till de varianter av det goda och det onda som hon möter på vägen mot att leva ett gott liv och bli god.²²¹

I forskningarna framträder kärleken som essentiell för hälsa, men beskrivs med olika benämningar, såsom t.ex. med begreppen godhet och vishet. Jag vill dock hävda att man inte tvångsmässigt ska lösgöra tro, hopp och kärlek från varandra, eftersom de är varandras förutsättningar. Kärleken är till karaktären en dold källa, skriver Bøttern och Lindström (1999)²²² som gör att människan aldrig kan finna dess ursprung. Kärleken och tillvaron är i sammanhang med varandra, och kärleken kan sägas vara brobyggare mellan det eviga och det timliga. Kärleken finns som något givet, som en kraftkälla. Det avgörande för den enskildas uppfattning är hens tro, men kärleken existerar i allt. Kärleken är ett evigt fenomen som gestaltar sig i den timliga världen. Kärlekens källa har evighetens drag inom sig och den kan aldrig sina, den har makt över det timliga och det finns en rörelse i den. Människan har en evig dimension, men hon är först och främst en timlig varelse²²³. Den mänskliga existensen betraktas vidare vara en syntes av det timliga – ändliga, och det eviga – oändliga, dvs. hon besitter trots sin timlighet även evighetens möjligheter. Först i relation till det eviga kan verklig glädje uppnås och inför evigheten är alla människor lika²²⁴. Människan bekräftar relationen till det

²¹⁷ Näsman (2010) skriver utgående från Aristoteles teorier.

²¹⁸ Näsman (2010) hänvisar till teologen Thomas av Aquino.

²¹⁹ Näsman (2010, 82). Jfr Matt 22:37: ”Du skall älska Herren, din Gud, av allt ditt hjärta och av all din själ och av allt ditt förstånd.”

²²⁰ Författaren hänvisar och jämför med Merritt och Bostock.

²²¹ Näsman (2010, 43) skriver: ”Dygderna ger en inre etik och en yttre moral, eftersom dygden i sig förutsätter handling. Den dygdiga människan har insikter i vad som är gott och en disposition att handla därefter. Dygderna förverkligar ansvaret för den andra människan.”

²²² Bøttern och Lindström (1999) som refererar till Kierkegaard.

²²³ Bøttern och Lindström (1999) refererar till Falk och Müller.

²²⁴ Bøttern och Lindström (1999) hänvisar till Kierkegaard.

eviga då hon hoppas det goda. Människan avsäger sig evigheten då hon fruktar och väljer det onda.

Nåden och Saeteren (2006) skriver att när patienten blir förstådd och sedd som unik och hens värdighet och värde upprätthålls kan inre styrka främjas. Nåden och Eriksson (2002) beskriver även mötet där det djupt mänskliga stiger fram genom upplevelsen av tillhörighet och gemenskap med det djupt mänskliga. Söderlund (2004) nämner att gemenskap har kraft att lindra lidande, som framstiger som hälsans meningssammanhang. Andlig vård innefattande religiöst stöd utifrån patientens längtan och begär kan utveckla och främja hälsa samt skydda och bevara människans värdighet (Rykkje, Eriksson & Råholm, 2012). Rykkje (2014) skriver att människans andlighet handlar om förbundenhet med sitt inre rum och en förbundenhet utöver sig själv. Kärlek i förbundenhet framstår som en kraft både i andlighet och i värdighet. Den andliga dimensionen ses som en förutsättning för upplevd värdighet. Kärleken är en förenande och förbindande kraft som främjar bekräftelse, tjänande, längtan och helighet. Upplevelse av förbundenhet framstår som en verksam kraft i människans sökande efter helighet och tillblivelse i hälsa. Även Söderlund (2004) menar att kärlekens gärningar kan inge hopp och tillit inom människan att våga leva utifrån sitt mänskliga ämbete.

4.2.3 Hälsans förbundenhet med evigheten och den abstrakta andra

Det finns spår av människans och hälsans koppling till den abstrakta andra och evigheten i flera studier. Nurminen (2009) hävdar att den abstrakta andra är kärnan i tillvaron och hen har fäst sin skapelse i tiden genom evighetens sfär. Människans perspektiv är begränsat och underställt tiden varför hon medvetet eller omedvetet vill nå förening med den abstrakta andra och hens fullkomlighet. Människans strävan går mot att uppnå denna fullkomlighet genom evigheten. Döden begränsar det timliga varandet. Den timliga människan som är driven av ”materialistisk ontologi” utestänger henne från evighetens dimension. Upplysandets ögonblick med tillblivelse inträder då människan strävar efter det andliga, eftersom hon upplever vishet genom det tidlösas väsen. Även Rosengren (2009)²²⁵ lyfter fram det andliga och att tron kan göra att människan uppfattar grundsanningarna i livet med hjärtat och att de andliga frågorna kan få svar

²²⁵ Författaren hänvisar till Modin.

genom visheten som bor inom henne. Människan är lyhörd för hjärtats röst när hon bejakar ethoset och således har mod att vara den hon innerst inne är²²⁶. Evighetens helighet kan människan förnimma genom glimtar²²⁷.

Genom stillhet kan människan i ögonblicket uppfatta det tidlösa, dvs. evighetens härlighet (Nurminen, 2009). Författaren²²⁸ tar upp människans ontologiska dualism, som grundar sig på timlighetens sfär och evighetens sfär. Genom att människan förnimmer evigheten ställs hon inför livets stora frågor och kan rannsaka sig själv. Genom det eviga varat och gemenskapen med den abstrakta andra (som människan kan förnimma via evigheten) finner hon en ny utgångspunkt i livet. Även Rehnsfeldt (2000) skriver att när människan befinner sig i ett livsavgörande skeende söker hon ny livsmening. Det naturliga likställs med det universella och människan kan få det universella att uppenbara sig och öppna sig genom känslor som hänför sig till livets grundvillkor, t.ex. glädje, kärlek och sorg²²⁹. I gemenskapen med en annan människa berör parterna varandra på en universell nivå, vilket möjliggör kraft till nyskapande, en ny livsmening som kan lindra det outhärdliga lidandet i livsförståelsemörkret. Mötet är meningsskapande och utgör en grund för öppenhet för vändpunkten i förtvivlan, och människan ges möjlighet att tillsammans med vårdaren skapa språkliga uttryck för lidandet. Människan utvecklas därpå mot ökad livsförståelse och livsmening.

Utifrån forskningarna som behandlats kan man hävda att människans strävan i livet och sökande efter sanning²³⁰ handlar om längtan efter den abstrakta andras helighet och kärlek²³¹. Människan kan lyfta sig mot evigheten och således ur tiden, skriver Nurminen utgående från Augustinus. Samtidigt lyfter Nurminen fram att det finns dubbeltydighet i evigheten, eftersom den trots sin upphöjdhet även ständigt är närvarande i människans liv. Tidsrörelsen är aldrig stillastående, medan

²²⁶ Rosengren (2009) hänvisar till Eriksson och Lindström.

²²⁷ Nurminen (2009) skriver utgående från Augustinus.

²²⁸ Nurminen (2009) hänvisar till Augustinus.

²²⁹ Författaren hänvisar till Løgstrup.

²³⁰ Här avses det samma som Arman (2003, 61) beskriver om människans sanning: ”De goda mötena har potentialen att öppna vägen för den lidande patienten så att hon kan söka sig tillbaka till sina egna djupare källor, sin egen inre sanning och sina förmågor att förstå och acceptera sitt liv och livsöde.”

²³¹ Jfr Nurminen (2009) som hänvisar till Augustinus.

det i evigheten finns stillhet. Min studie utgår även från att möjligheten för människan att kunna förnimma evigheten är att hon har förmågan och modet att stilla sig inför den. Det finns kärlek i evighetens sfär.²³² Det timliga i varats regioner inordnas och evigheten är en transcendent och andlig sfär. Evigheten besitter en godhet, en kärlek, som kan hela människan.

4.2.4 Hälsans förbundenhet med döden och lidandet

Forskningarna visar att döden som fenomen har betydande konsekvenser för människans *vardande i hälsa*. Människans möjligheter att i sitt liv uppfatta döden och sin egen relation till det ändliga och därigenom till det oändliga har betydelse för hennes hälsa. Förnimmelse av evigheten föregås av att människan i stillhet och ensamhet gör sig redo att ta emot (Nurminen, 2009). Människan har en drivenhet inom sig på grund av att hon bär sin egen död inom sig. Människan strävar efter att överbrygga klyftan mellan det timliga och evigheten, vilket sker genom inre kamp mot den egna tidsliga bristen. Det råder en ontologisk dualism mellan det heliga och människan. Människans drivenhet i sitt begränsade tidsliga rum kan utestänga henne från hennes vishet som kunde visa glimtar av evigheten. Med tanke på dödens och hälsans samband betonar Lindholm (1998) att livet för människan antingen betraktas ur perspektivet evighet eller ändlighet, vilket har konsekvenser för motiven till hälsa och upplevelsen av hälsa. Lindström och Lindholm (2003) hävdar att det är i ensamhetens stumma inandning som människan tillägnar sig något av universums ödmjukhet.

I ensamhet kan människan försona sig med livets grundvillkor och ödmjukt se kraft i insikten om sin egen ändlighet och begränsning. Det är ett sätt att försöka leta efter sin egen sanning, när människan tillbringar tid i ensamhet. Den egna sanningen krävs inför att möta världen och våga hävda sin sanning även utåt (Lindholm, 2000). Då människan underordnar sig tidens ändlighet och ser döden som en del av livet bejakas den inre tidsdimensionen och tidens oändlighet som kan skänka visshet om gemenskap med evigheten som för närmare livet.²³³ Människan som är lidande eller eventuellt dödssjuk kan bli varse om att ”tillgängligheten” i nuet är ändlig och därför dyrbar. Hon får en lyhördhet för nuet

²³² Nurminen (2009) skriver utgående från Augustinus.

²³³ Jfr Nurminen (2009).

och ser att denna tid är dyrbar. Människan tvingas offra sin levnadstid och det sker en rörelse mot lust där hon inser vikten av att gripa tag i det liv som återstår (Nurminen, 2009).

Lindholm (2000) menar att en ung människans hälsa kan ses som ett vardande i kropp, själ och ande. Vardandet kan gestaltas som en rörelse mot det som den unga längtar efter, och i den innersta längtan finns något av det lidande som hör vardandet till, någonting livgivande positivt. Det förutsätts ett grundmotiv till hälsa för att den dialektiska rörelsen mot det som den unga innerst inne längtar efter ska sättas i rörelse. Ett övergripande livsmotiv, där människan strävar efter att leva egentligt och att följa sig själv, föregår grundmotivet till hälsa. Det finns livskraft i den dialektiska rörelsen. Motsatsförhållanden upplevs genom medvetenhet, dvs. i skuggan av det onda kan det goda bli synligt. Det är av avgörande betydelse för vardandet att döden kan gestaltas av människan. Livet får en djupare mening och sin form genom medvetenheten om döden.

Även Arman (2003) hävdar att den lidande människans upplevelse av verkligheten utgör källan till lindrat lidande. Ontologiska frågor som "Vad är liv, mening, existens och sanning?" visar på verklighetens substans. Ett gott möte där människans lidande tas emot av en annan kan verka som ett vittnesbörd om att det goda i människan och i livet inte har utplånats, vilket kan skänka hopp och mening som kan lindra lidandet. Det goda tolkar jag i denna studie som detsamma som kärleken eller den abstrakta andra.

Saeteren (2006) visar också sambandet mellan död och hälsa. Hon menar att en människa som lider av en allvarlig sjukdom strävar som enheten kropp, själ och ande efter hälsa i ljuset av dödens nödvändighet. Före detta genomgår människan en livskamp fylld av stora inre motsättningar i strävan mot det normala och vardagliga, att lindra symptom, uppnå inre balans, uppleva livsmod och hopp i motsats till förtvivlan, ångest och ensamhet. En människa som strävar efter hälsa i lidandet uttrycker ett tyst rop om att bli bekräftad.

Människans strävan efter hälsa och helhet kan ses som en strävan att bli försonad med sig själv. Saeteren (2006) menar att när en människa som lider möter den ensamhet som erfars i mötet med egen död, sker ett etiskt uppvaknande och ett

behov av att tänka igenom livet såsom det har varit och så som man önskar att det ska vara. I ljuset av dödens nödvändighet vaknar vissheten om tidens ändlighet. I mötet sker en andlig och religiös självövergivelse, ett offer ges. Detta offrande kan skapa betingelser för att kunna försonas med sig själv, med andra och med den abstrakta andra, men kan även leda till resignation och en slutenhet inuti sig själv. Människan har ett etiskt ansvar och vilja att forma och påverka sitt eget liv. Att vara allvarligt sjuk, sårbar och utlämnad till livet självt medför ett större beroende av andra människors stöd för att kunna upprätta sin unikheter och andlighet. Detta är beroende av andra människors stöd ökar i takt med sjukdomens utveckling. Kampen i lidandet innebär i djupaste mening en livskamp som omvandlar människans förhållande till sig själv, förhållandet till den andra och förhållandet till en makt som är annorlunda och större än människan själv. Sivonen (2000) beskriver i sin forskning den andliga sidan av hälsa och uttrycker även att det i lidandet finns en längtan eller ett begär efter det andliga. Hon framhåller att det som kännetecknar andligheten är fördolt, men manifesterar sig som en förmåga till kärlek och tillit på görandenivån. Att känna gemenskap med den abstrakta andra och medmänniskorna, uppleva mening i livet och att drömma är kännetecknet för den andliga hälsan på varandenivån. Längtan efter någon som kan trösta, hjälpa och inge mod och liv finns på vardandenivån.

Rehnsfeldt (1999) skriver att först då patienten mottagit förtvivlan kan hen gå in i ett verkligt möte med vårdaren. Livsförståelse och livs mening kan födas ur detta möte. Först när förtvivlan mottas får patienten möjlighet att lida. Rehnsfeldt hävdar utgående från Eriksson att innan förtvivlan mottas befinner sig patienten i ett livsförståelsemörker, och saknar förmågan att lida, eftersom lidandet kräver kamp.

Wiklund (2000) menar att hur människan förhåller sig till framtiden påverkas av hur hon förhåller sig till livet. Om människan upplever tro ger det förväntningar om det goda, medan frukten ger en förväntan om det onda. Saeteren (2006) skriver att enligt Kierkegaard (1844/2001b) innebär tro en inre visshet som föregår oändligheten. Tro möjliggör således en överskridelse mellan det ändliga, knutet till tid och rum, och det oändliga som knyts till det eviga. Saeteren (2006) skriver att människans livskamp sker i hennes innersta rum, i människan. Bekräftelse sker på en ontologisk andlig nivå där det timliga möter det eviga, det ändliga möter det

oändliga och existensen möter transcendensen. Bekräftelse kan enligt Saeteren förstås som en frigörelse av den kärlek som alljämt utgör det mänskliga i grunden och möjliggör en överskridelse av självet. Den medlidande människan bidrar till denna frisättning, och patientens lidande lindras genom kärlekens kraft.

Roxberg, Brunt, Rask och Barbobosa Da Silva (2013) skriver att ett sätt för människan att hantera lidande²³⁴ är att tillfälligt distansera sig från det. Att permanent distansera sig kan däremot förvärpa lidandet²³⁵. Både lidande och tröst är av naturen svårfångade begrepp och det mystiska är oförutsägbart och saknar definitiva svar. Författarna skriver att en ”icke-närvarande” tröstare verkar vara upptagen med sig själv och sina förutfattade meningar.²³⁶ Roxberg (2005) skriver att ”hemmet”, i ontologisk betydelse, innehar det viktigaste av allt för människan, vilket förknippas med trygghet och livets mening. Utifrån detta kan förstås att hemmet och trösten är väsentlig för att återskapa hälsa i ett lidande. Roxberg (2005) omnämner tröst och menar att det handlar om att ge upp behovet av att förstå varför man lider. När den lidande slutat göra anspråk på uppgiften att förstå meningen med lidandet kan lidandet bli synligt.²³⁷ Denna studie utgår från att lidandet blir ”evident”²³⁸ när den lidande människan inte längre koncentrerar sig på att finna svaren utanför sig själv. I stället gynnas människan av att fokusera kraften inåt mot förståelse av sig själv och meningen med sitt liv, för genom detta kunna vända sig utåt mot verkligheten för att agera genom kraft²³⁹. När människan funnit meningen med sitt liv framstår även meningen med lidandet, vilket är likställt med livets mening.

Genom att utgå från att lidandet kan lindras när människan ser en mening med det och där ser själva livets mening, kan hon i lidandets kamp få mening och försonas med livets villkor. Även Wiklund (2000) skriver att vardandet förutsätter

²³⁴ Författarna skriver om en studie av tsunamikatastrof där människorna hade lidanden som gav smärtsamma minnen.

²³⁵ Författarna hänvisar till Roxberg et al. (2009) och Roxberg et al. (2010a).

²³⁶ Roxberg et al. (2013) har studerat Jobs bok i Bibeln utifrån lidandets perspektiv och visar att boken pekar på ett paradigm av lidande som är djupt rotad i mänsklig erfarenhet och författarna ställer frågan huruvida Jobs bok även pekar mot ett paradigm av tröst som finns djupt förankrat inom människan.

²³⁷ Roxberg, (2005, 120).

²³⁸ Begreppet *evident* handlar om det sanningslika. (Eriksson & Lindström, 2003)

²³⁹ Jfr Wärnå (2002).

förnyelse genom att människan försonas, varför försoning utgör ett av lidandets olika dramaakter. Människan skapar i försoningen en ny meningsfull helhet i livet, som även inbegriper ”det onda”. Försoning är möjlig då människan lyckas förena sina inre motstridigheter och inser att hon trots brister är värdig²⁴⁰. När människan erkänner både skam och värdighet som aspekter av livet kan det anta en ny gestaltning. Antingen hälsa eller lidande kommer att dominera som tolkningsmönster för människan beroende på hur hon förhåller sig till livet.

Wiklund (2008) omtalar andlighet som en kraft, och när denna vidrörs inom människan finns möjlighet att lidandet ska kunna lindras. Viktiga aspekter av andligheten kan länkas till relationer med självet, med andra och med den abstrakta andra. Författaren ser att andligheten vidrörs när människan upplever gemenskap, vilket därför är central för ett lindrat lidande och den vårdande gemenskapen har potential att bidra med denna upplevelse av gemenskap²⁴¹. Hon skriver att den vårdande gemenskapen²⁴² är vital för att den utgör grunden för att kunna möta patientens behov²⁴³. Wiklund menar att behovet av gemenskap härrör från att lidandet hos människan framkallar en upplevelse av att vara utestängd från andra och från livet självt. I relation till andliga aspekter kunde detta formuleras i termer av ett behov av en upplevelse av samhörighet och gemenskap²⁴⁴. Wiklund ser det som fundamentalt att patienterna får uppleva sig levande och att vara i sammanhang och gemenskap med andra²⁴⁵. Erfarenheter av

²⁴⁰ Wiklund (2000) skriver även att ifall människan endast ser med *lidandets öga* framträder nuet för henne mot en framtidshorizont dominerat av avskildhet och död, medan om hon i stället ser med *hålsans öga* innefattar horisonten möjlighet till gemenskap och liv. I de stunder då människan förmår se med dessa ovannämnda båda ögon samtidigt kan försoning äga rum. Såväl liv som död finns alltid vid horisonten, precis som värdighet och skam alltid är närvarande i nuet. Människan har dock en tendens att uppfatta dessa entiteter envar för sig, varför hon kan ha svårt att uppfatta deras samtidiga närvaro.

²⁴¹ Wiklund (2008) skriver att fokus bör vara på att skapa tillväxt hos patienten genom hens möjligheter snarare än att vara upptagen med hens problem. Att ge och dela är centrala delar av holistisk vård.

²⁴² På engelska används här begreppet 'caring communion'. Författaren har studerat vården av patienter som lider av beroende.

²⁴³ Wiklund (2008) menar att sjukskötarens interventioner borde fokusera på aspekter som hjälper patienterna att känna sig levande och i gemenskap med andra.

²⁴⁴ Författaren menar att den vårdande relationen kan fylla dessa behov genom att skapa en trygg bas att stå på där de kan utforska sig själva och där de har möjlighet att medvetande göra sitt lidande. Således kan de även ha möjlighet att finna ny mening och återknyta till sig själv och andra.

²⁴⁵ Wiklund (2008) skriver att genom att få finnas till i en genuin gemenskap och vara involverad i ett vårdande samtal kan nya meningar tillskrivas livet och lidandet.

gemenskap med och acceptans av andra kan också bidra till en upplevelse av frihet, frihet att vara sig själv, frihet att handla med ansvar och frihet att förlåta och få förlåtelse. När patienter upplever sig som levande och upplever mening, samhörighet och frihet och ser sig själva som kapabla till ansvarsfulla handlingar, upplever de sig samtidigt ha kontroll i stället för att ständigt kämpa med kaos.

Hälsans förbundenhet med livet självt

Arman och Rehnsfeldt (2011) menar att om människan inte är i kontakt med de tre nivåerna av livet, bestående av handlingar, värden och universell existens, verkar hon ha svårt att uppehålla hälsa i sina möten med livet och därtill hörande lidanden. Om människan har en överbetoning på endast handlingar innefattande blindhet inför värderingar och existens kan det leda till ohälsa²⁴⁶. Omvandlingen från lidande till hälsa kan utgå från en ny eller en uppvaknande attityd gentemot värderingar och universell livsmening. Författarna menar att Eriksson visar på att mysteriet och det mänskliga livets helighet är någonting som både skrämmer och lockar människan. Den existentiella och universella dimensionen av att förstå livet kan ses som någonting som människor har gemensamt likt en förenande struktur med livet självt. Att människan utvecklar förståelse av livet gör att en bättre korrespondens mellan det inre och yttre livet kan uppnås likt en väg mot att nå hälsa²⁴⁷. Hälsa kan i relation till *utmattningssyndrom* enligt detta perspektiv ses som en 'ontologisk potential' i integrationen och försoningen av ens liv som en helhet genom ärlighet, innefattande att inte blunda för sitt lidande²⁴⁸. I kreativa och flexibla processer kan en människa gynnas av reflektioner kring djupa livsmotiv. Att komma i kontakt med ett naturligt liv kan uppväcka människans autentiska längtan och grundläggande kreativa aktioner för att bemästra det outhärdliga lidandet och omvandla det till ett lidande som upplevs som uthärdligt i livet. Även Söderlund (2004) skriver om att de anhöriga tillåts leva och att de anhöriga för en kamp för att leva, inte enbart existera. Detta tolkas alltså handla om att människan vill uppleva sig som levande i sitt liv, trots lidande.

²⁴⁶ Arman et al. (2011) ger *utmattningssyndrom* som exempel på ohälsa.

²⁴⁷ Författarna hänvisar här till Rehnsfeldt et al.

²⁴⁸ Författarna skriver att akten av caring kan sträva efter att erbjuda patienten ett öppnande och en glimt av hur det kan vara att finna hälsa mitt i hens lidande. Vårdpersonalens eget naturliga förståelse av livet kan då fungera som en komponent av caring.

4.2.5 Sammanfattning av forskning inom caringtraditionen – ett nytt öppnande

Hälsa betraktas i denna studie som en process av tillblivelse, en rörelse där människans vardande innebär att finna vägen till hälsans inre rum som finns inom henne²⁴⁹. Livskampen (kampen om värdighet i lidandet) sker i människans inre rum (jfr Saeteren, 2006) vilket utgör en kraftkälla som ger livskraft och livsmening²⁵⁰ (jfr Wärnå 2002; Hilli, 2007). I det inre rummet upplever människan frihet och ro att utvecklas mot sitt sanna jag dvs. mot sitt eget väsen (jfr Wärnå 2002; Eriksson & Lindström, 2003) eftersom hon har kontakt med sitt ethos (jfr Hilli, 2004, 2007). Att människans värdighet vidrörs och får näring genom att hennes ethos är verksamt är avgörande för människans möjligheter att själv bekräfta sin värdighet och fullborda det etiska kravet som människa för att få mod och kraft i vardandet mot hälsa (jfr Söderlund, 2004). När livet självt får träda fram och bli synligt samt evident för människan trots lidande, kan detta således betraktas som en kraft för att nå hälsans inre rum²⁵¹. Människan vill strävar efter att uppleva sig levande trots lidande i sitt liv. Genom att hennes ethos får träda fram kan människan uppleva sig levande och varda i hälsa trots lidande. Ethos ger den yttersta meningen åt ett sammanhang²⁵².

Människans *vardande i hälsa* är en rörelse mot det människan längtar efter, och för att rörelsen ska igångsättas krävs ett motiv till hälsa, att människan vill hälsa. Det finns livskraft i rörelsen. Livet får en djupare mening och sin form genom medvetenheten om döden²⁵³. Medvetenheten om döden kan väcka det heliga inom människan så att hon upplever vördnad för livet.²⁵⁴ Denna studie utgår även från att livet får rörelse av döden²⁵⁵.

²⁴⁹ Jfr Wärnå (2002); Råholm (2003) som skriver att substansen i vardandet mot hälsa utgörs av erinrandet av den inre kärnan, det inre rummet.

²⁵⁰ Wärnå (2002) skriver att i det inre rummet kan människans enhet och helighet kan återupptäckas.

²⁵¹ Jfr Söderlund (2004).

²⁵² Eriksson & Lindström (2003).

²⁵³ Jfr Wiklund (2000) som skriver att människans förhållningssätt till framtiden påverkas av hur hon förhåller sig till livet.

²⁵⁴ Jfr Lindholm (2000).

²⁵⁵ Jfr Eriksson (1992) som hävdar att det i varje hopplöshet återfinns ett hopp och att det handlar om en rörelse mellan hopp och hopplöshet. *Författaren menar att hoppet får rörelse av hopplösheten.*

Wiklund (2008) skriver att behovet av gemenskap härrör från att lidandet hos människan framkallar en upplevelse av att vara utestängd från andra och från livet självt. Detta ser jag som mycket centralt för hela min studie och tolkas innebära att lidandet skapar en ontologisk upplevelse av ensamhet och mörker. Det här avser att vara utestängd från andra och från livet självt, dvs. en avstängdhet från kärleken som är livets källa och ljus som besitter kraft att belysa livet med ett säreget ljus och därigenom skänka livsmening. Lidandet uppväcker således en längtan inom människan tack vare denna utestängdhet och ensamhetskänsla, en längtan efter att på nytt nå förbund med den källa, som är livets källa, nämligen kärleken som ger gemenskap och glädje och kan skänka livskraft och ljus trots att människan befinner sig i ett lidande i mörker.

Denna studie utgår från att det eviga kan ge människan ny kraft och rörelse²⁵⁶. Genom stillhet kan människan finna sin kraftkälla. Möjlighet att varda i hälsa finns när hon stannar upp och erinrar och även vidkänner sin inre längtan efter det andliga. När människan i stillhet söker sig inåt kan hon uppleva det eviga. Denna upplevelse av det goda kan liknas vid kärlek och godhet som ger människan nytt hopp så att hon vågar tro på förnyelse, eftersom hon inser sitt eget värde som människa och sin bindning till den abstrakta andra genom det eviga²⁵⁷ och heliga²⁵⁸. Erinringen om denna bindning innebär den största glädjen²⁵⁹ för människan som då trots lidande kan finna hopp²⁶⁰. Det andliga²⁶¹ kan således bli till kraft för människan genom den vishet hon erfar av det eviga (det tidlösa)²⁶². I mötet med detta heliga finner hon den eviga visdomen i sitt inre rum där hennes

²⁵⁶ Jfr Nurminen (2009) som skriver att i evigheten finns stillavarande, medan tiden ständigt är i rörelse och att människan via glimtar och via stillhet i ögonblicket kan uppfatta evighetens helighet.

²⁵⁷ Jfr Nurminen (2009) skriver att enligt Augustinus inordnas det timliga i varats regioner och evigheten är en transcendent och andlig sfär; jfr Råholm (2003) som menar att när patienten uppnått frid i det outhärdliga lidandet, genom sin inre hälsopotential, har hen ett fäste med det oändliga genom det ändliga.

²⁵⁸ Bøttern & Lindström (1999) betonar att kärleken och tillvaron är i sammanhang med varandra, och kärleken är brobyggare mellan det eviga och det timliga.

²⁵⁹ Jfr Rosengren (2009) som lyfter fram att den största glädjen finner människan i den abstrakta andra, jfr Näsman utifrån Aristoteles, som skriver att det bästa och lyckligaste är ett liv i enlighet med förnuftet eftersom det är människans rätta jag som bär drag av det den abstrakta andra.

²⁶⁰ Rosengren (2009) menar att människan som äger hoppet om en ny glädje kan leva trots lidande.

²⁶¹ Rehnsfeldt (2007) tar (i: Gryning III) ställning till andlighet som kan utveckla ny livsförståelse.

²⁶² Jfr Nurminen (2009).

kraftkälla finns. Den eviga visdomen innebär ett etiskt uppvaknande²⁶³ och ödmjukhet inför livet storhet och dess möjligheter trots lidande. Kärleken finns ingjutet i människans hjärta²⁶⁴ och enligt tolkningen i denna studie är det kärleken som utgör visheten (kraftkällan) som utgör kraft i människans *vardande i hälsa*²⁶⁵. Rykkje (2014) skriver att människans andlighet handlar om förbundenhet med sitt inre rum och en förbundenhet utöver sig själv och kärlek i förbundenhet framstår som en kraft både i andlighet och i värdighet²⁶⁶.

Då människan stannar upp inför livet blir hon inte heller främmande för döden. Medvetenheten om döden²⁶⁷ kan ge livet mening, och människans syn på livet som ändligt eller oändligt får konsekvenser för hennes hälsa. När människan förnimmer evigheten (det goda, gemenskapen med den abstrakta andra) ställs hon inför livets stora frågor och har möjlighet att bemöta dessa samt nå en ny utgångspunkt i livet²⁶⁸. Ödmjukheten föregås av en ensamhet²⁶⁹ där människan upplever förening²⁷⁰ med någonting större än henne själv (det andliga, eviga och den abstrakta andra) och kan genom detta nå förnyelse och finna den inre kraftkällan samt genom försoning²⁷¹ bli en enhet²⁷².

²⁶³ Jfr Saeteren (2006) som skriver att i mötet sker en andlig självövergivelse, människan offrar sig.

²⁶⁴ Rosengren (2009).

²⁶⁵ Jfr Eriksson (1992) som skriver att kärlek är människans väsen. Hon beskriver även kärleken som hälsans form eftersom människan kan vara hälsa genom kärlekens konst; jfr Råholm (2003) som menar att de grundläggande pelarna i vardandenivån utgörs av kärlek och tro.

²⁶⁶ Rykkje (2014).

²⁶⁷ Nurminen (2009) visar att människan genom insikten om döden förmår gripa tag i det liv som återstår.

²⁶⁸ Jfr Nurminen (2009) som hänvisar till Augustinus.

²⁶⁹ Råholm (2003) skriver att när människan vågar bryta upp kan hon möta sin innersta längtan i ensamhet.

²⁷⁰ Jfr Roxberg (2005) som hävdar att lindring i lidandet kan uppnås genom ett möte i form av en djup samhörighet i gemenskap. Författaren hänvisar till Söderberg och Norberg som nämner *communion* för att beskriva den totala närvaron och kontakten med det heliga. Enligt Roxberg (2005) är hoppet en öppnande och närvarande tröst. Hon hänvisar till Benzein gällande att hopp är relaterat till det heliga.

²⁷¹ Jfr Saeteren (2006) som menar att människans strävan efter hälsa och helhet kan ses som en strävan att bli försonad med sig själv.

²⁷² Jfr Lindholm (2000) som skriver att i ensamheten kan en djupdimension skönjas där den unga anar en inre enhet, hennes förening med medmänniskan, naturen eller den abstrakta andra. Syftet med ensamheten är att nå förnyelse och att söka den inre kraftkällan; jfr Rosengren (2009) som menar att genom den abstrakta andra och den oändliga verklighet som öppnar sig genom hen kan människan bli hel.

Evighetens sfär utandas kärlek²⁷³. Denna kärlek tolkas vara så stark att den kan övervinna människans oro i nuet, dvs. hennes lidande, genom att hon medvetandegör sin delaktighet och förbund till det heliga och eviga. Människan kan lära känna sig själv, sitt liv och sin död genom andlig kontakt²⁷⁴. Rehnsfeldt (1999) skriver att först då patienten mottagit förtvivlan kan hen gå in i ett verkligt möte med vårdaren. Livsförståelse och livsmening kan uppstå ur detta möte. Först när förtvivlan mottas får patienten möjlighet att lida. Rehnsfeldt²⁷⁵ menar att innan förtvivlan mottas befinner sig patienten i ett livsförståelsemörker och saknar förmågan att lida, eftersom lidandet kräver kamp.

Mötet med det eviga bekräftar människan på en ontologisk andlig nivå som frigör det som är grundläggande mänskligt, nämligen kärlek, vilket utgör kraft. Denna kraftkälla gör att människan vågar gå utanför sina egna gränser²⁷⁶ och samtidigt bli allt mer sig själv. Således utgår denna studie från att kärleken²⁷⁷ utgör en kraftkälla²⁷⁸ för människans *vardande i hälsa*. Lidandet väcker en andlig längtan²⁷⁹ som är människans törst efter att få erfara godhet. Det goda mötet där människans värdighet bekräftas kan skänka tro och hopp²⁸⁰ om att livet trots lidande har en mening²⁸¹. Tack vare hoppet om någonting gott går människans strävan mot att söka sitt inre rum där hon kan finna försoning och livskraft. Hälsan får riktning och rörelse av tro och hopp. Dygden (eller det goda) utgör därmed i vardandet en

²⁷³ Nurminen (2009).

²⁷⁴ Jfr Rosengren (2009) som hänvisar till Kreeft; jfr Bøttern och Lindström (1999) som skriver att kärlekens källa har evighetens drag inom sig.

²⁷⁵ Författaren tolkar utgående från Eriksson.

²⁷⁶ Saeteren (2006) menar i liknande mening att bekräftelse sker på en ontologisk andlig nivå där det timliga möter det eviga, det ändliga möter det oändliga och existensen möter transcendensten.

²⁷⁷ Jfr Bøttern & Lindström (1999) som skriver att kärlekens källa har evighetens drag inom sig och den kan aldrig sina, den har makt över det timliga och det finns en rörelse i den. Människan har en evig dimension inom sig. Den mänskliga existensen betraktas vara en syntes av det timliga – ändliga, och det eviga – oändliga, dvs. hon besitter trots sin timlighet även evighetens möjligheter.

²⁷⁸ Jfr Bøttern & Lindström (1999) som skriver att kärlekens ursprung inte går att finna, för den är en dold källa. Författarna skriver även att kärleken är ett evigt fenomen som gestaltar sig i den timliga världen.

²⁷⁹ Sivonen (2000).

²⁸⁰ Eriksson (1992) hänvisar till Fromm och skriver att hoppets ursprung finns i tron. Det finns ett sikte mot framtiden i hoppet och förväntan. Människan får styrka i nuet av hopp som tro och tröst.

²⁸¹ Jfr Arman (2003).

verksam kraft²⁸². Tro²⁸³ eller det andliga utgör därmed en möjlig väg till att varda i hälsa och bli lycklig, eftersom människan genom tron²⁸⁴ kan bli varse om sitt eget värde²⁸⁵ och tro och hoppas på det goda. Människan kan således bli mer mänsklig och komma ur sitt mörkaste lidande genom mötet med det goda²⁸⁶.

Genom det goda mötet som föregås av ensamhet (människans väg för att möta godhet och kontakt till det heliga går via hennes ensamhet) kan djup samhörighet i gemenskap²⁸⁷ erfaras, som skänker kraft. Människans upplevelse av kraft väcker hoppet som öppnar för rörelse i *vardande i hälsa*. Denna studie utgår från att upplevelser av kärlek skänker människan tro, hopp och kärlek som innebär kraft. I denna totala närvaro upplevs kontakt med det heliga²⁸⁸. Genom tro på heligheten och det eviga kan människan vila i visshet om det goda som inte ska förgå, och därmed låter hon hoppet bära henne genom lidande, med vetskapen om att livet har sitt ursprung i det goda som är evigt varför livet därför är dyrbart och heligt samt värt att leva. Människans uppgift blir att inse meningen med livet i stället för att ge sig på utmaningen att finna en mening med lidandet. Frågan inställer sig då, huruvida människan verkligen vill sökas av den abstrakta andra eller det goda? En rimlig tolkning är att människan vill den abstrakta andra, eftersom det naturligt finns en längtan hos människan efter förening med det goda²⁸⁹. Människan kan

²⁸² Jfr Näsmans (2010, 130) uttalande ”det goda är både kraftens källa och verksamhetens mål” och att ”dygden är den kraft som leder det etiska från tanke till handling”.

²⁸³ Jfr Eriksson (1992) som skriver att tron möjliggör dels perspektiv på tillvaron, vördnad inför livet och det numinösa (upplevelse av helighet) som hänvisar till Eliade (1986). Denna upplevelse av helighet skänker människan mod och kraft.

²⁸⁴ Saeteren (2006) menar, utifrån Kierkegaard, att tro är en inre visshet som föregår oändligheten och möjliggör en överskridelse mellan det ändliga, knytet till tid och rum, och det oändliga knutet till det eviga.

²⁸⁵ Jfr Rosengren (2009) som menar att när människan blir medveten om sin storhet kan hon bli lycklig.

²⁸⁶ Jfr Råholm (2003) som hävdar att trots att verkligheten i det djupaste lidandet kan vara svår att förstå så kan nya möjligheter och tillförsikt öppna sig, dvs. livet kan få en djupare dimension.

²⁸⁷ Jfr Rehnsfeldt (2000), som menar att det universella kan öppna sig för människan genom känslor kring livet grundvillkor, såsom t.ex. glädje, kärlek och sorg. Genom upplevelser av gemenskap berörs människans universella dimension vilket ger möjligheter för kraft till nyskapande i lidandet. Mötet är meningsskapande och utgör en grund för öppenhet för vändpunkten i förtvivlan.

²⁸⁸ Jfr Roxberg (2005).

²⁸⁹ Jfr Nurminen (2009) som uttrycker att längtan kan vara medveten eller omedveten och handlar om att den abstrakta andra har fäst sin skapelse i tiden, då han är tillvarons grund.

inte varda i hälsa om hon inte har en djupgående ontologisk vilja²⁹⁰ inom sig och längtan som i stillhet självmant har fått växa fram inom henne. Den kan inte påtvingas utifrån. Människan kan låta sig sökas av den abstrakta andra²⁹¹. Denna studie utgår från att människan som har tro och hopp även har en vilja till förändring²⁹².

Genom de tidigare vårdvetenskapliga avhandlingarna från Enheten vid Åbo Akademi, framtonar tro, hopp och kärlek som elementära för hälsa och människans *vardande i hälsa*. Avhandlingarna ledde mig till återupptäckten av Erikssons (1992) premisser om att hälsans substans²⁹³ som utgörs av tro, hopp och kärlek. Tro, hopp och kärlek utgör enligt Eriksson den centrala substansen i hälsoprocessen, dvs. utgör människans hälsoresurser, men förutsätter självförtroende och mod. Intresset i denna studie inriktas emellertid i första hand på den andra premissen, nämligen på tro, hopp och kärlek, varför jag inte tar upp de två andra premisserna. Eriksson hävdar att människan för att kunna mogna och växa som naturlig människa är beroende av tro, hopp och kärlek, då dessa utgör den mänskliga styrkans grundläggande former. Eriksson skriver att hälsans grundsubstans utgörs av tron, att hoppet anger riktningen för hälsan och att kärleken är hälsans form. Jag förenar mig med Erikssons (1992) uttalande om att kärleken är hälsans substans och form. Som jag upptäckt så finns det kunskapsluckor gällande premissen om att hälsans substans utgörs av tro, hopp och kärlek, och i detta fall blir det nödvändigt att således återskapa det kända, att sätta det självklara om premissen och det som eventuellt tas och tagits för givet på spel. Det här kan göras t.ex. genom att vidareutreda trons, hoppet och kärlekens inbördes relation till varandra, och deras dimensioner i förhållande till varandra. I studien träder även livet självt fram liksom dess mysterium och alla dessa sammantagna pockar på vidareutredningar.

²⁹⁰ Jfr Eriksson (1992) som betonar att ohälsa inte kan förhindras av tro, men den kan hjälpa människan att inta ett förhållningssätt bestående av tillit till tillvaron. Förutsättning för tro är att subjektets egen vilja.

²⁹¹ Rosengren (2009) utgående från Pascal.

²⁹² Jfr Eriksson (1992) som skriver att människan har i hoppet en förväntan om att något i hennes rådande verklighet kan komma att förändras, vilket även innefattar hennes vilja till denna förändring.

²⁹³ Eriksson (1992) talar om hälsans substans som kan sammanfattas i premisserna (Eriksson, 1992, 26): "1. Hälsa är sundhet, friskhet samt en känsla av välbefinnande. 2. Hälsa är tro, hopp och kärlek. 3. Hälsa är dygd."

Genom denna genomgång av avhandlingar från Enheten vid vårdvetenskap, Åbo Akademi, kunde jag ana att ett möte med godhet föder ett hopp om någonting större så att människan vågar tro på kärlekens kraft. Kärleken föder därmed sagt hopp och tro hos människan. Därmed utgick jag från att kärleken utgör själva ”motorn” som möjliggör livskraft, medan tro och hopp genererar kraften som kan bära människan genom lidandets mörker. Jag anade även att hälsa blir enhet genom det heliga och att kärleken är alltings ursprung och tillhör det sant mänskliga. Frågan som inställde sig var huruvida livet självt, dess mysterium och människans existens hade en väsentlig position i förhållande till hennes hälsa.

Forskningsfrågorna²⁹⁴ som ställs i denna studie har genom skede I fått svar och den nya förståelsen formuleras nedan. Den nya förståelsen gällande svaret på den första forskningsfrågan²⁹⁵ lyder: Människans syn på livet som ändligt eller oändligt har konsekvenser för hennes hälsa. Livet får rörelse av döden. Medvetenheten om döden kan ge livet mening. Det eviga har bindning till den abstrakta andra och det goda. Människan inser sitt eget värde som människa och sin bindning till den abstrakta andra genom det eviga. Evigheten skänker människan oändlig värdighet och kan därmed ge henne ny kraft och rörelse. Evighetens sfär utandas kärlek. Denna kärlek tolkas vara så stark att den kan övervinna människans oro i nuet, dvs. hennes lidande, genom att hon medvetandegör sin delaktighet och sitt förbund till det heliga och eviga. I mötet med det heliga och eviga kan människan nå sitt inre rum där hennes kraftkälla och den eviga visdomen finns. Den eviga visdomen innebär ett etiskt uppvaknande och ödmjukhet inför livet storhet (det andliga) och dess möjligheter trots lidande. Tron (det andliga) kan bli till kraft för människan genom den vishet hon erfar av det eviga. Kraftkällan finns i människans inre rum och den verksamma kraften utgörs av kärlek.

Den nya förståelsen gällande svaret på den andra forskningsfrågan²⁹⁶ lyder: Lidandet väcker en andlig längtan som är människans törst efter att få erfara

²⁹⁴ ”Vad är människans kraftkälla?” och ”Vad uppenbarar kraftkällan så att människan kan uppfatta den och tillägna sig dess kraft för att varda i hälsa?”

²⁹⁵ ”Vad är människans kraftkälla?”

²⁹⁶ ”Vad uppenbarar kraftkällan så att människan kan uppfatta den och tillägna sig dess kraft för att varda i hälsa?”

godhet genom kärlek. Människan har naturligt en inneboende längtan efter det andliga (hon vill den abstrakta andra och det goda) som hon förutsätts vidkänna för att kunna varda i hälsa. När människan möter godhet genom att i stillhet förnimma evigheten kan hon få möjlighet att tillägna sig kraftkällan. Genom förbindelsen till det eviga framstår livets storhet och hon inser även sitt eget värde som människa. Världigheten som väcks skänker hopp varpå hon vågar tro. Tro, hopp och kärlek är grundförutsättningar för hälsa. Det goda mötet där människans lidande bekräftas kan skänka tro och hopp om att livet trots lidande har en mening. Tack vare hoppet om någonting gott går människans strävan mot att söka sitt inre rum där hon kan finna kärlek som möjliggör försoning och ny livskraft. Då människan har hopp har hon därigenom även ingjuten en vilja till förändring. Genom kraftkällan kan människan nå förnyelse och bli ödmjuk. Ödmjukheten föregås av en ensamhet där människan upplever förening med någonting större än henne själv (andlighet, det eviga och den abstrakta andra) och kan genom detta finna vägen till hälsa. Genom tro, hopp och kärlek kan människan vila i visshet om att livet har sin grund i det eviga som aldrig förgår och därmed låter hon tron, hoppet och kärleken bära henne genom lidande.

Utifrån min tolkning av forskningarna visar deras resultat på att det kan vara såsom jag ovan beskrivit. De felande pusselbitarna i tidigare studier tycks vara kärleken, för det finns en antydning om att kärleken finns där i grunden men den kommer explicit inte fram som sådan. Därför är det logiskt och relevant att i denna studie närmare utforska trons, hoppet men framför allt kärlekens väsen. Detta görs utifrån det egna teoretiska perspektivet och Kierkegaards perspektiv på kärleken i hans verk *Kärlekens gerningar* (1847). Frågan som återaktualiserats genom denna delstudie är alltså hur kärleken, tron och hoppet hänger samman i relation till hälsa, vilket utgör fokus i kommande delstudier. Förförståelsen som syntesen av förståelsen från de tidigare avhandlingarna visar att det finns ett material som kan fördjupa förståelsen av evighet, tro, hopp och kärlek. Jag utgår från att det materialet potentiellt utgörs av Kierkegaard och hans verk *Kärlekens gerningar* som kan bidra med denna djupare förståelse eftersom han fokuserar just kärleken på ett djupgående sätt. Följande steg i den hermeneutiska rörelsen är således min tolkning av Kierkegaards litterära verk.

III

5 STUDIENS HERMENEUTISKA TRADITION

Fantasi är viktigare än kunskap.

Einstein

Den övergripande kunskapssynen är humanvetenskaplig²⁹⁷. Den caringtradition i vårdvetenskap²⁹⁸, såsom den beskrivs vid Enheten för vårdvetenskap vid Åbo Akademi, vägleder och genomsyrar studien. Liksom Gadamer (1997) lyfter fram har traditionen varit livgivande för studien. Målet har varit att föra vidare och tradera det som är värdefullt i traditionen och dess kultur, att skapa rum för traditionen att tala till mig och göra erfarenheter på dess grund som genom denna studie ska komma till allmän beskådning.

För att söka svar på forskningsfrågorna²⁹⁹ har jag antagit mig utmaningen genom att låta mig genomsyras och ledas utifrån en hermeneutisk kunskapstradition. Tanken som Piltz lyfter fram om att se och bemöta den andra i mötet likt en hemlig skrift (Eriksson & Lindström, 2003) beskriver på ett uttömmande sätt det vårdvetenskapliga ethos med bevarandet av värdigheten som jag som forskare burit inom mig vid varje möte med teorin, forskningspersonerna och när tolkningen av texterna från datamaterialet genomförts. Jag har i en hållning av vördnad, liksom för livet självt, anammat ett varsamt förfaringssätt i min strävan efter öppenhet inför materialets eventuella dolda element som kanske inte direkt visat sig på grund av att de berör aspekter kring hälsa och liv och som därför gynnas av att långsamt få mogna och formas genom att bli upplysta genom ljuset

²⁹⁷ Larsson (1994, 164) skriver: "Kvalitativ metod handlar om hur man skall karaktärisera något; gestalta något. Ordet härstammar från latinets *qualitas* som betyder 'beskaffenhet, egenskap, sort'. Kvalitativ metod är systematiserad kunskap gällande hur man går tillväga för att gestalta beskaffenheten hos något.

²⁹⁸ Eriksson (1990) menar att begreppet *caritas* står för *människokärlek* och *barmhärtighet*.

²⁹⁹ Forskningsfrågorna handlar om vad människans kraftkälla är och vad som kastar ljus på och uppenbarar den för att människan ska uppfatta den och kunna tillägna sig dess kraft.

från *caritas* och *claritas*. Det är med stor respekt³⁰⁰ som jag som forskare mött texterna som utgjorde material i studien. Jag har upplevt en manande plikt och ett ansvar att förstå och utvinna sanning³⁰¹ ur materialet och tillföra vårdvetenskapen en ny fördjupad nyans av hälsa genom olika textmaterial. Som forskare har jag utifrån den hermeneutiska kunskapstraditionen tillåtit mig vara gränsöverskridande och kreativ i sökandet efter kunskap (jfr Eriksson, 1987).

Rent metodologiskt har jag föreställt mig det substansbärande som ett oskådat konstverk³⁰², där jag som konstnär haft äran att vara medskapare för att ta fram grovstommen i konstverket³⁰³ och forma det för allmän beskådande. Genom min öppna förståelsehorisont har jag gjort anspråk på att se och förstå även något av det okända och jag har låtit konstverkets oanade och mera finstiltat linjer långsamt³⁰⁴ få tona fram genom hermeneutisk texttolkning. För att nå förståelse av det meningsbärande och evidenta som texterna bär vittnesbörd om har jag i studiens hermeneutiska rörelse ständigt rört mig inom och utanför teorikärnan. Det gränsöverskridande och kreativa har därför fått en speciell betydelse i min studie. På många sätt innebär det hermeneutiska i mitt tillvägagångssätt att binda samman det främmande med det bekanta och i vissa fall främmandegöra det bekanta för att kunna se mer och bortom det kända. *Jag har låtit mig ledsagas av*

³⁰⁰ Ordet 'respekt' är av latinskt ursprung, 'respectus'. Med respekt avser jag i denna studie det som det engelska ordet för respekt *respect* speglar nämligen 're-spect' dvs. att 'återse'. Jag eftersträvar att vara öppen inför att återse vad den andra ville med texten och vad texten har att säga.

³⁰¹ Min syn på *sanningen* sammanfaller med Kierkegaards (1847) uttalande om att den enda sanna sanningen är den av subjektiv karaktär som står i förbund med det evigas möjlighet.

³⁰² Jag utgår från att den som betraktar konstverket även är medskapare till det; Jfr Ödmans (2007, 27–28): "Gadamer frågar sig vad som händer när vi betraktar ett konstverk. Jo, menar han, situationen är inte alls som man gärna slentrianmässigt uppfattar den, att ett granskande subjekt studerar ett passivt objekt. Den kan inte förstås inom gränserna för ett sådant subjekt-objekt-schema." Den erfarenhet (Erfahrung) som uppstår överskrider både konstnärens och betraktarens subjektiva tolkningshorisonter (Gadamer, 1972); jfr Warnke (1993, 88) som skriver utifrån Gadamer's syn: "Ett konstverk ställer krav på dem som betraktar, läser, lyssnar till eller framför det; det gör nämligen, som vi har sett, anspråk på att framställa sanningen om sitt tema på ett sätt som kan kräva att medlemmarna av publiken förändrar sina liv. Men som sådan måste konstverkets sanning vara relevant för de liv det kan påverka."; Jfr Eriksson och Lindström (2000) som menar att utan konst i vårdandet, vilken är bärare av vårdvetenskapens ethos, caritastanken, blir vetenskapen tom och teknisk.

³⁰³ Jfr Gadamer (1997) som menar att konstverkets mening delas av upphovsmannen och åskådaren. Genom den estetiska erfarenheten förmedlas meningen till ens egen situation och en *horisontsammanmältning* uppstår. Gadamer menar att horisontsammanmältning handlar om "en integration av olika perspektiv i en djupare förståelse av saken ifråga" (Warnke, 1993, 208).

³⁰⁴ Gadamer (1997).

*tonen från ethos*³⁰⁵, som genom det eviga och heliga har manat till vaksamhet för att nå fördjupad insikt i verkligheten³⁰⁶. Ethos har gjort att jag utifrån vårdvetenskapens kärna och värdegrund har varit öppen och ödmjuk inför materialet och det sanningslika³⁰⁷ hos människans kraftkälla och hennes *vardande i hälsa* liksom en genuin vördnad inför livet självt och dess storhet.

Den vårdvetenskapliga teorikärnan utifrån caringtraditionen vid Åbo Akademi har varit bärande genom hela studien. Jag har hela tiden utgått från teorikärnan, och haft dess ethos och ontologi i min förförståelse. När jag har gått in i en ny delstudie (skede av studien) har jag satt förförståelsen på spel för att kunna vara öppen inför det nya. Jag har dock aldrig övergett teorikärnan, den har ständigt funnits med i bakgrunden. För varje gång jag kommit ut ur en delstudie, har jag alltid återvänt till teorikärnan. Detta har jag gjort för att se vad respektive skede kunde ge för fördjupad eller nyanserad förståelse av forskningstemat och hur den nya förståelsen kunde belysa och lysa upp teorikärnan i ett nytt eller annorlunda ljus för att fördjupa dess ethos och ontologi. Förståelsen av teorikärnan har således blivit starkare för varje forskningsskede.

5.1 Text och textläsning

Materialet i denna studie består av texter av olika slag, och därför är det motiverat att rikta in tänkandet på vad det innebär att läsa texter och vilket mitt förhållningssätt till text, språk, förståelse och tolkning är, eftersom det har en avgörande betydelse för hur jag arbetar för att söka svar på forskningsfrågorna.

Det händer någonting med människan när hon möter en text³⁰⁸. Eriksson (2009) menar att människan inte urskiljer hela *verkligheten* på grund av Mayas slöja³⁰⁹

³⁰⁵ Egen kursivering här för att betona något för läsaren, dvs. att ethos är bärande för hela studien.

³⁰⁶ Jfr Eriksson & Lindström (2003) som hänvisar till Marc-Wogau om att ethos är en ton eller melodi.

³⁰⁷ Jfr Eriksson & Lindström (2003).

³⁰⁸ Vikström (2005) skriver att ordet *text* härstammar från ett latinskt ord med betydelser som sammanfogning, vävnad, konstruktion och kombination. Han menar att alla dessa betydelseskiftningar säger något angeläget om textens väsen.

³⁰⁹ "Maya (sanskrit 'övernaturlig kraft', 'illusion'), inom hinduismen (både vishunism och shivaism) den okunnighet som likt en slöja döljer den högre och sanna verkligheten, samtidigt även dels den högste gudens förmåga att suveränt skapa, dels resultatet av skaparkraften, den

som ständigt omger henne. Genom att läsa och tänka expanderas ordförrådet som kan erbjuda verktyg att mer och mer uppfatta den *verkliga verkligheten* så att Mayas slöja undanröjs³¹⁰. Martinsen (2009) menar att i mötet med textens språk är det den andra som vidrör och ger form åt människan. Martinsen menar att det som berör läsaren genom språket får gällande kraft genom tillägnet, som besitter det formgivande redskapet. Nordenstam (1985) menar även att då läsaren äkta tillägnar sig ett klassiskt verk kan hen förändras genom processen. Författaren beskriver det som en ontologisk utvecklingsgång som fundamentalt medverkar till att dana och omskapa människans verklighet. Nordenstam låter förstå att det är den djupgående och radikala estetiska upplevelsen som medverkar till att existensen blir synlig i sin sanning. En text kan visa den ohöljda verkligheten, ett sammanvävt sammanhang, den kan vara informerande, ledsagande, skildrande och den bär på ett budskap³¹¹. En text utgör ett tilltal och tillägnas den andra.

För att hålla en text levande behövs tolkning, och texter ber om att bli tolkade³¹². Enligt Gadamer bör texter ses som auktoriteter i det avseendet att uttolkaren ska inkludera möjligheten att de kan ha någonting betydelsefullt att säga läsaren. Texterna möter läsaren genom traditionens förmedling (Vikström, 2005). Texterna har vanligen blivit lästa och traderats åtskilliga gånger innan de kommer fram till en viss läsare. Traditionen och tolkningsgemenskapen en människa tillhör har funnits långt före henne. Vikström menar att traditionen ses av Gadamer som ett dynamiskt fenomen som ideligen kräver omtolkning utifrån de frågor som nutida läsare ställer till texten. Traditionen skapas därmed igen och igen genom dialogen mellan läsaren och texten och är alltså inget som hör till det förgångna. Texten bär alltid på någonting mer än vad författaren hade som avsikt, och kanske även på en annan mening.

Vikström (2005) tar upp den grundläggande föreställningen inom den hermeneutiska traditionen och menar att genom att se texter som vittnesbörd om verkligheten kan man ställa sig frågan vilka drag i verkligheten som texter öppnar

materiella verkligheten. Särskilt i Shankaras vedentalära ger maya uttryck för relationen mellan de två verkligheterna.” (Eriksson med hänvisning till Nationalencyklopedin 1995, Se människan, Sigstunastiftelsen, s. 3).

³¹⁰ Eriksson (2009); Jfr Se människan, Sigstunastiftelsen (2010a).

³¹¹ Kasén & Sivonen (2007).

³¹² Vikström (2005).

för läsaren. Utifrån detta perspektiv kan läsaren ställa sig frågan hur texter refererar till omvärlden. Gällande de drag i verkligheten som texter öppnar för läsaren handlar det om sanningar som får mening först genom hens tolkning och tillämpning av dem. Trots att meningen uppstår genom läsarens inre tolkning, når dessa sanningar hen ursprungligen utifrån. Textens framträder i tolkningsmomentet. Texten gör anspråk på sanning. Härmed handlar det inte om en sanning eller referens som kan studeras genom att referera till motstycken i en objektiv värld utanför texten eller utanför språket.

Gadamers (1997) hermeneutiska sätt att möta och läsa text har genomsyrat mig när jag bemött och tolkat texterna. För Gadamer är ingenting så främmande och förståelsemässigt utfordrande som en text. Att läsa och nå förståelse av det skrivna är som en hemlig konst, likt en trolldom som hänför och frigör läsaren så att tid och rum i läsandets akt verkar upphävida. Att förstå en text innebär att göra anspråk på att gå in i den utblick som har bildat författarens syn och söka förståelse för varför det hen säger är sant (Gadamer, 1996). Förståelsen är inte bara en reproduktion, utan även en produktion. Warnke (1993) skriver att Gadamer menar att man förstår en texts mening då man är i stånd att se dess sanning. Därmed inte sagt att man för att över huvud taget förstå en text fullständigt måste förena sig med dess synsätt. Gadamer förespråkar hellre att kravet på förståelse utgörs av en öppenhet³¹³ inför en eventuell sanning och att man i varje fall temporärt tilldelar studieobjektet en auktoritär position trots att det slutligen återkallas. Gadamer menar att ”genom mötet med andra försantförhållanden och andra antaganden som vi både kan se det inadekvata i våra egna och överskrida dem” (Warnke, 1993, 211).

Texten talar enligt Gadamer (1997) till läsaren. Att förstå sig själv genom dialogen med texten innebär att man har förstått texten. Gadamer (1977) menar att förståelsen inte har börjat så länge texten är tyst. När texten börjar tala till läsaren handlar det om att den ger ständigt ger nya svar till den person som ställer frågor till den och samtidigt ställer nya frågor till den som besvarar den. Förståelsens första fas och villkor är därmed enligt Gadamer (1997) att forskaren ödmjukt inser att hen inte förstår, eftersom det gör att förståelsen blir nödvändig, vilket bereder

³¹³ ”Med öppenhet inför textens sanning menar han [Gadamer] alltså beredvilligheten att tro att den har något vettigt att säga oss som är koherent med vår egen förståelse och därför framstår som förnuftigt eller rimligt för oss” skriver Warnke (1993, 124–125).

väg för ny förståelse. Det sägs att det krävs en slags positiv oro och spänd förväntan inför det okända, eftersom detta så att säga driver förståelsen framåt. Det finns en meningsförväntan i de olika delarna, som vidgar förståelsen men även bör visa sig i helheten, något som skapar rörelse i den hermeneutiska cirkeln³¹⁴.

Hermeneutikens centrala uppdrag i mötet med texter är enligt Gadamer (1972, 350) att ”lyfta texten ur det främlingsskap den befinner sig i, tillbaka till den levande nutiden i samtalet, vars genuina utförande alltid består i frågor och svar”. Gadamer skriver (1997) att tolkningens strävan går mot en helhetsförståelse, en sammansmältning av olika horisonter. Meningen i texten som utgör helheten bildar förståelse då delarna avgör helhetens utformning, men delarna i sin tur även avgör helhetens utformning. Det sker en horisontsammansmältning när enighet mellan textens och tolkarens horisonter bildas. Denna horisont är hela tiden i rörelse. Förståelsen av text sker genom en process i vilken de enskilda delarnas mening avgörs utifrån textens helhetliga mening. Växling mellan helhet och delar sker ständigt och skapar en djupare förståelse av meningen. Förståelse av text kan således uppnås genom en oändlig rörelse där den verkliga förståelsen hermeneutiskt sker i gränslandet mellan förtrogenhet och främlingsskap, mellan texternas vittnesberättelser och traditionen. Det är den här rörelsen som utgör bildningens rörelse.

Motivet för valet av Gadamers hermeneutiska textläsning för att nå förståelse³¹⁵ av Saken i de litterära verken och i intervjutexterna är att kunskapsobjektet är av existentiell karaktär vad gäller människans *vardande i hälsa*.³¹⁶ De ontologiska frågorna och förståelse träder i förgrunden i Gadamers hermeneutik. Det handlar snarare om att skapa substans än en metod. Ingen kan helt frigöra sig från förförståelsen hävdar Gadamer (1999), men han efterlyser en öppenhet och följsamhet av forskaren där han initialt ska medvetandegöra sig om de egna

³¹⁴ Vikström (2005, 26) beskriver den hermeneutiska cirkeln såhär: ”...förståelsen av en text som helhet påverkar förståelsen av textens enskilda delar, medan förståelsen av delarna samtidigt påverkar förståelsen av helheten”. Han beskriver även tolkningsprocessen som en spiral där man går in i läsketen med en viss förförståelse av helheten, men under läsandets gång låter läsarens förförståelse sättas på spel och bli ombildad i en kraftfull ömsesidig påverkan mellan förståelsen av texten som helhet och förståelsen av dess delar. I tolkningen utsätter läsaren sig för risken, eller möjligheten, att cmdanas.

³¹⁵ Ödman (2007) skriver utifrån Radnitzky att förståelse innebär förnyelse och omskapande.

³¹⁶ Jfr Heidegger (1992).

uppfattningarnas horisont. Förförståelsen kan enligt Gadamer³¹⁷ utgöra både en hjälp och ett hinder för förståelsen. Men utan en medveten horisont kan människan inte alltid se det som är långt borta, eftersom hon litar för starkt på det som är nära. Dialog med texten möjliggör nya meningssammanhang att bli synliga. Kravet är att forskaren verkligen vill lyssna och förstå texten. Det är inte tillräckligt att enbart ställa frågor till texten. I ett verkligt lyssnande möter forskaren en annan, dvs. texten kan fungera som en dialogpartner som börjar tala till forskaren då hen läser. Horisontsammanmältning är målet med den hermeneutiska läsningen. Om det undersökta enbart jämförs mot den egna traditionen riskerar forskaren hamna i ett cirkelresonemang. Det är avgörande att forskaren med dialogens hjälp eftersträvar tolkning i ett s.k. *kritiskt ingenmansland*. Det nya kommer i ljuset om forskaren blir utmanad och omskakad då det undersökta inte är i samklang med de förutfattade meningarna.


5.2 Material och metod

Materialet för att göra den tilltänkta nyanserade och annorlunda förståelsen av hälsans *ethos*³¹⁸ vetbart består av: 1) litterära texter 2) text från fokuserade intervjuer med forskningspersoner som genomlevt ett svårt personligt lidande. Metoden i studiens alla tre delar består av hermeneutisk textläsning. Se tabell 1.

³¹⁷ Gadamer (1989).

³¹⁸ Med *hälsans ethos* avses människans innersta rum och hennes vardande i hälsa.

Tabell 1. Schematisk framställning av studiens syfte, material och metod

	Studiens syfte:	Material för delstudie I:	Material för delstudie II:	Material för delstudie III:
	Förförståelse och syfte genom tidigare internationella och nationella forskningar samt genom tidigare forskning vid Enheten för vårdvetenskap.	Filosofisk och teologisk text av Søren Kierkegaard (1847): <i>Kärlekens gerningar</i> .	Text från fokuserade intervjuer med tio patienter som vardat i hälsa.	Religionspsykologisk litterär text av Owe Wikström (2007): <i>Det bländande mörkret</i> .
Metod i delstudierna:		Hermeneutisk textläsning och tolkning.	Hermeneutisk textläsning och tolkning.	Hermeneutisk tolkning med abduktiv approach.

5.2.1 Studiens litterära texter

I detta kapitel presenteras studiens litterära texter. De litterära texterna av Kierkegaard och Wikström presenteras sammanhållet även om intervjustudien förekommer läsningen av Wikström.

”Kärlekens gerningar. Några christliga betraktelser i form af tal”³¹⁹, skriven av Søren Kierkegaard (1813–1855), utgör ett klassiskt filosofiskt och teologiskt verk som utkom första gången år 1847 i Danmark. Sammantaget kan nämnas att författaren Kierkegaard i verket på ett filosofiskt och teologiskt sätt diskuterar den etiska andemeningen av kärleksbudet *Du skall älska din nästa som dig själv*. För den hermeneutiska tolkningen har jag, på grund av otillräckliga språkkunskaper i danska språket, använt mig av en utgåva i svensk översättning av Gustaf Thomée, efter den andra danska upplagan av verket från år 1847. Verket är indelat i två stora delar, varav den första delen avhandlar kärlekens väsen och dess villkor, medan den andra delen behandlar kärlekens arbetssätt och potential att öppna för

³¹⁹ Under sitt endast 42-åriga liv producerade Kierkegaard en uppsjö av litterära verk av filosofisk, teologisk och poetisk karaktär. En av Kierkegaards märkligaste böcker är *Kjerlighedens Gjerninger* med tanke på att författaren var en ensam ungkarl med erfarenhet av endast korta kärleksrelationer. Inte heller hade han någon nära vänskap eller närhet till familjen, men ändå skrev han en så vis bok om kärleken. (Thielst, 1994)

möjligheter. Den svenska utgåvan efter andra danska upplagan av verket omfattar 223 sidor i första serien (del I) och 200 sidor i andra serien (del II). I förordet, som utgör inledning både till första och andra delen skriver Kierkegaard att hans skrift har tillkommit efter omfattande åskådanden och att texten riktar sig till den enskilda läsaren. Det framstår tydligt att författaren har intentionen att skapa en förtrolig relation till läsaren och genom att låta skriften tala till honom eller henne i form av en dialog. Kierkegaard skriver att läsaren först bör betänka huruvida han vill eller hon vill läsa boken eller inte. Med denna fråga vill författaren dryfta att förståelsen av verket kräver att läsaren tar till sig texten *på ett visst sätt*. Han menar att sättet att läsa är avgörande för förståelsen, som enligt Kierkegaard bör ske långsamt. Jag har tolkat detta som att han önskar att läsaren omsorgsfullt väger de ord hen i skriften möter och i hjärtat tillägnar sig innebörden, samt därtill om möjligt lyssnar till det som står att finna bortom ordens klang och med hjälp av en egen eftertänksamhet fulländar sin förståelse genom goda gärningar. Kierkegaard är märkbart medveten om vågstycket när läsaren möter texten och vill även göra honom eller henne medveten om kärlekens mångskiftande egenart. Han betonar farorna med en ytlig läsning av texten och påföljande svårigheter att nå djupare förståelse och gör därför läsaren uppmärksam på och vaksam inför att Saken kräver engagemang och odelad uppmärksamhet.

Kierkegaard visar i sitt verk fram kärleken till nästan som den enda egentliga kärleken och att dess förutsättning är tro och hopp på denna eviga källåder. Han tar även upp att kärleken ontologiskt finns given som en möjlighet inom varje människa och hur hon med dess hjälp kan bygga upp sig själv och sin medmänniska. Verket har getts ut i flera utgåvor och översatts till flera olika språk samt analyserats av flera författare³²⁰. *Kärlekens gerningar* blev erkänt och berömt långt efter Kierkegaards³²¹ död. Kierkegaard³²² lade tonvikt på det subjektiva och

³²⁰ Bl.a. av Bøttern i en pro gradu-avhandling i vårdvetenskap vid Åbo Akademi (1998).

³²¹ Kierkegaard betraktas som existentiellismens lärofader men det är först under 1900-talet som han har blivit internationellt berömd, skriver Eriksson och Frängsmyr (1987). Han ses även som en av de främsta litterära genierna i skandinavisk prosa. Thielst (1994) hävdar att Kierkegaard i slutet av 1900-talet blivit en av världens mest lästa och betydande filosofer, som delar den absoluta toppen med filosofer som Friedrich Nietzsche och Ludwig Wittgenstein. Västvärldens intresse för Kierkegaard handlar om det som han ställer i centrum, nämligen det existentiella, individualismen, det psykologiska och det etiska.

³²² Kierkegaard var en djuptänkande människa, som jag om han fortfarande hade levt, skulle ha inbjudit att delta som forskningsperson och gärna hade intervjuat kring temat hälsa och lidande.

formade följande tes: ”subjektiviteten är sanningen”. Med denna tes avsåg Kierkegaard en kärlek till självet³²³ som gör att människan är ärlig och sig själv och inte har behov av att försöka undkomma sig själv.

Motivet för att välja Kierkegaards verk som material för tolkning är att det bygger på evighetsperspektivet och betonar kärleken till nästan, och hans grundläggande tankar bygger på antagandet att kärleken ligger i grunden och är det som finns innerst inne i människan, vilket är i samklang med det ethos som är bärande i min studie. Kierkegaard fokuserar i sitt verk *Kärlekens gerningar* speciellt på livets existentiella frågor³²⁴, och ventilerar därmed kraftkällan på ett djupgående sätt. Alternativa källor som jag eventuellt kunde ha använt för att söka svar på mina forskningsfrågor vore klassiska verk av Augustinus eller Dostojevskij. Anledningen till att jag valde bort dem och i stället valde Kierkegaard är att dessa författare inte på samma ingående och genomgripande sätt som Kierkegaard behandlar och går in i kärleken och det eviga. Han avhandlar även tro och hopp grundligt i relation till kärleken och människans inre väg mot att bli verkligt mänsklig, och därför värderades hans verk ha högsta potential att besvara mina forskningsfrågor.

Den andra litterära källan *Det bländande mörkret. Att upptäcka den stora glädjen*, av författaren Owe Wikström³²⁵ utgör en religionspsykologisk text som kortfattat kan nämnas beröra kristen mystik i de inomkristna andliga traditionerna och grundteman beträffande den kristna livshållningen och människans möjligheter att finna sig själv. Denna källa valdes för att den behandlar människan, hennes syfte

Kierkegaard var själv lidande och funderade mycket över livets stora frågor och människans vardande i hälsa.

³²³ Den sidan av Kierkegaards författarskap som tar upp värdediskussioner kring etiska och moralfilosofiska frågor har fokuserats på senare år, vilket ingår i överväganden om vad ”det goda livet” och moral egentligen är. Kierkegaard visade på den enskildes värde och sanning, vilket utövar avsevärt inflytande i fria diskussioner om mänskliga rättigheter idag. (Thielst, 1994)

³²⁴ Det existentiella, det allmänmänskliga och samspelet mellan identitet, medvetande och känslor som Kierkegaard fokuserar talar till människan idag trots att hans text är gammal. (Thielst, 1994)

³²⁵ Wikström, född 1945 i Överluleå, är utöver religionspsykolog och professor vid Uppsala universitet i Sverige även präst, författare och psykoterapeut. Han har gett ut ett femtontal böcker, bl.a. *Långsamhetens lov* (2001) som sålt 150 000 exemplar i Sverige och blivit översatt till åtta olika språk. Wikström har även gett ut bl.a. böckerna *Den religiösa människan – en introduktion till religionspsykologin* (2006), *Ikonen i fickan – om yttre och inre resor* (2004), *Sonjas godhet – medkänsla i en självupptagen tid* (2006), *Att älska livet mer än dess mening* (2010), *Om heligheten och dess envisa vägran att försvinna* (1993) och *Den outgrundliga människan – Om själavård och psykoterapi* (1990).

och sökande efter och relation till den abstrakta andra och till evigheten. Eftersom Wikström även berör människans väg i livet, det mystiska kring kraftkällans väsen utgjorde den djärva tolkningen av hans bok det nödvändiga slutliga abduktiva språng som tidigare skeden i min studie yrkade på. Efter att ha studerat forskningsämnet både utifrån Kierkegaard och utifrån forskningspersonerna anade jag att det fanns en substans bortom som ännu inte avtäckts gällande livets inre mystik och dynamik, och jag hade en föräning om att dessa hade samband med hälsa. En abduktiv och djärv tolkning gjordes av Wikströms text med målsättningen att forma en nyanserad eller annorlunda förståelse av hälsa genom att belysa hur det kunde vara, dvs. hur man kunde förstå hälsa, kärlek och lidande mot bakgrunden av hans texter. Författaren skriver varken om kärlek, hälsa eller lidande, varför man kan hävda att denna delstudie gör ett abduktivt språng. Det finns argument för att rikta sökarljuset mot utforskandet av livets inre väsen, dess mystik, det dolda samt livets mörker och ljus, eftersom hälsa utgör en del av själva livet.

Wikströms bok utkom första gången år 1994 och år 2007 i en omarbetad utgåva. Som material för tolkning i denna studie används den omarbetade utgåvan från år 2007. Libris Förlag har gett ut boken i Örebro, Sverige. Boken omfattar totalt 231 sidor. Wikström skriver till människor som vill förstå erfarenheter av en större verklighet. Hans avsikt är att ur ett kristet perspektiv tolka livet för att öka människans egen förståelse. I förordet i boken skriver han att hans avsikt med boken inte är att presentera några färdiga formulerade svar på hur man finner lyckan eller hur man ska leva fullvärdigt. Han visar på andlighetens samband med hälsa och välbefinnande samt menar att den tidigare förenklade uppdelningen mellan tro och vetande upphörde i början av 2000-talet. Wikström skriver att både förutsättningen och målet med boken har varit den abstrakta andras människoblivande, vilket är en provocerande tanke. Wikström säger sig beskriva hur vägen till andlig fördjupning ter sig och de upptäckter som människan gör då hon verkligen söker sig själv. Wikström (2007) skriver att när den abstrakta andra tycks frånvarande så är det just i saknaden och tomheten som han blir mest tydlig. Det är en väldig glädje och förundran som når människan när den abstrakta andra möter människan med sin annorlundahet och tillgivenhet.

5.2.2 Intervjutexter

Att som forskare få lyssna till människor och samtala³²⁶ om deras personliga berättelser om lidanden och absoluta privata tankar genom intervjuer³²⁷ för denna studie har varit ett stort privilegium för mig som har berikat min förståelse för hälsa³²⁸. Fokuserade intervjuer gjordes med tio personer i arbetsför ålder som genomlevt ett svårt personligt lidande men återfunnit vägen till hälsa. Forskningspersonerna var i åldern 20–61 år (och fördelades jämnt mellan dessa åldrar). Tanken var att välja så olika uttrycksformer av lidande som möjligt för att nå variation gällande hur människan funnit sin väg tillbaka till hälsa. Fokuserad intervju avser i denna studie att Saken studeras närmas utifrån vissa vinklingar. Fokuseringen på frågorna sker successivt, beroende på den respons som fås och de saker som verkar fruktbara för substansen. Jag ser på den kvalitativa intervjumetoden som en interaktiv situation, där intervjuaren och intervjupersonen arbetar sig fram till kunskap gemensamt. Målet i denna studie var att fokusera evighet och oändlighet i intervjuerna. Temaintervjuer eller fokusgruppsintervjuer skulle inte ha varit fruktbara i denna studie med tanke på områdets djupt privata och personliga karaktär. Därtill skulle temaintervjuer eller fokusgruppsintervjuer inte varit lämpliga med motiveringen att jag önskade att forskningspersonerna skulle beredas rum att vara så pass fria och öppna som möjligt för att Saken ska få träda fram i ljuset som sådan, okonstlad, och genuin och nyansrik. I en grupsituation såsom fokusgruppsintervju kan en del personer hämmas i sin framställning på grund av närvaron av främmande människor.

³²⁶ Enligt Kvale och Brinkmann (2009) utgör den kvalitativa forskningsintervjun en specifik typ av samtal. Författarna (2009, 39) skriver att syftet med den kvalitativa forskningsintervjun är "att förstå ämnen från den levda vardagsvärlden ur den intervjuades eget perspektiv".

³²⁷ Metoden intervju kan användas då man vill utreda ett fenomen och där det specifikt handlar om grundforskning på ett relativt okänt tema (jfr Starrin & Renck, 1996). Kvale och Brinkmann (2009, 45) skriver: "Den kvalitativa intervjun är en forskningsmetod som ger ett privilegierat tillträde till människors upplevelse av den levda världen." Syftet med intervjun är att tolka meningen hos de centrala teman, ur intervjupersonens livsvärld som behandlas. Det som sägs och hur det sägs registreras och tolkas av den som intervjuar, som även förutsätts ha kunskap om intervjuämnet för att kunna vara observant på kroppsliga uttryck och lyssna till det som sägs explicit.

³²⁸ Kvale och Brinkmann (2009) skriver att både intervjuare och forskningspersonen kan lära sig något. Strukturen i en forskningsintervju är ungefär den samma som i ett vardagligt samtal, men professionell intervju för med sig ett angreppssätt och en frågeteknik av eget slag. Det kan handla om att be informanten att så detaljrikt som möjligt beskriva och berätta om ett fenomen t.ex. och i påföljande frågor utgå från de svar som informanten ger för att hålla temat i fokus och få ytterligare klarhet i de olika aspekterna av fenomenet i fråga.

Risken finns att medlemmarna i gruppen bara ”flyter med” i det resonemang som en stark person har. Jag tänker även att en temaintervju kunde ha styrt forskningspersonen.

Valet av forskningspersoner har inte gjorts på basen av vilka andliga övertygelser dessa hade eller på basen av min förförståelses premisser. Däremot visade det sig att i samtalet öppnade sig hos några av forskningspersonerna den andliga sidan när frågorna berörde kraftkällans inre rum. Gällande de olika lidandena bland forskningspersonerna så hade en del genomlevt flera än ett lidande och i vissa fall hade flera olika lidanden upplevts samtidigt. Lidandena upplevdes i samband med *cancer, svår kronisk sjukdom, traumatisk förlust av livskamrat, depression, nedstämdhet, ångest, självska debeteende, personlighetsstörning, utbränningsyndrom, psykisk misshandel i parförhållande, förlust av barn, forskningsperson som förlorat förälder genom suicid på livets höst, sorg efter en far som avlider då forskningspersonen var barn, en make som är svårt sjuk, sorg och rädsla som härstammar från barndomen, anorexi, livskris, existentiell ångest och inre tomhet*.³²⁹

Forskningspersonerna som utvaldes antogs ha fjärmats från hälsans ethos och den eviga kraftkällan inom sig på grund av lidandet, men att de åter hittat tillbaka till den. De antogs med andra ord ha vardat i hälsa, dvs. *vandrat vägen till hälsa* och därmed kunna vittna om personliga erfarenheter om kraftkällan och vägen dit. Forskningspersonerna handplockades av mig för att säkra att jag skulle finna människor som skulle vara motiverade att berätta om sitt lidande eftersom de redan uttryckt sig i medier, dvs. på radio eller i tidningsartiklar, på bloggar eller publicerat sig på annat sätt. En av forskningspersonerna var bosatt i Sverige och övriga var bosatta i Finland.

De tilltänkta forskningspersonerna kontaktades via e-post och telefon och alla svarade ja till att delta i intervjustudien. Intervjuerna utfördes till största delen på Åbo Akademi i Vasa, men några gjordes hemma hos forskningspersonerna eller

³²⁹ Om forskningspersoner som upplevt ovannämnda områden såsom t.ex. sorg, förlust, depression, överbelastning och cancersjukdom inte hade varit tillgängliga hade en annan möjlighet även varit att tolka självbiografier. Forskningspersoner på alla tilltänkta områden hittades dock och samtliga var villiga att ställa upp för intervjuer varför ingen tolkning av självbiografisk källa var behövlig.

hemma hos mig. Intervjuerna var djupa till karaktären, en intervju tog mellan 60 till 90 minuter i anspråk och frågorna som ställdes var ingående och personliga³³⁰. Jag hade på förhand uppgjorda intervjufrågor³³¹ som fungerade som en guide, men nya frågor formades efterhand beroende på forskningspersonens uttalanden. Materialet från de fokuserade intervjuerna spelades in med digital videokamera men kameralinslocket stängt så att endast ljud upptogs. Samtalen transkriberades, dvs. nedskrevs i sin helhet till textform. Textmaterialet³³² som skrevs ned var per intervjutext mellan nio och nitton sidor långa och omfattade totalt 129 sidor text. Medeltalet för intervjulängden i sidor var således ca 13 sidor med textsnittet ”Times new roman” storlek 12 och radavstånd 1,5.

Jag har i enlighet med Kvale och Brinkmann (2009) i intervjusituationen försökt behålla en medveten naivitet och genom den varit öppen inför nya och oväntade utsagor från forskningspersonerna. Jag har inte utgått från färdiga kategorier eller antaganden utan förhållit mig öppet reflekterande. Däremot har den fokuserade intervjun inte varit utan direktiv utan haft ett visst fokus där jag använt mig av öppna frågor³³³ gällande det specifika temat i fråga i min strävan efter att inte ha ett strikt mönster utan vara mottaglig och sensibel inför forskningspersonens uttalanden. Däremot har jag, likt Kvale och Brinkmann uppmanar, varit vaksam inför eventuella motsägelser i forskningspersonens berättelser som kan träda fram genom hens oklara eller dubbeltydiga uttalanden, och därför har tolkningen³³⁴ av det uttalade haft en betydande roll. Jag har såsom författarna betonar varit

³³⁰ Kvale och Brinkmann (2009, 71) betonar att ”mänskligt liv och mänsklig förståelse är kontextuella, både här och nu och i en tidsdimension”. Intervjuprocessens verktyg utgörs av språket. Berättelser har stora möjligheter att göra mänskligt liv begripligt och vår sociala verklighet förståelig. Det krävs ett gott hantverk inom kvalitativ forskning, det räcker inte enbart att följa riktlinjer och principer, den mänskliga bedömningsfaktorn har en given plats inom denna slags forskning.

³³¹ Se bilaga 6: Intervjuguide.

³³² Målet med den kvalitativa forskningsintervjun är inte kvantifiering i siffror utan kvalitativ kunskap uttryckt i ord. Via intervjun söks deskriptiva och nyanserade beskrivningar av den aspekt som är i fokus i intervjudpersonens livsvärld. (Kvale & Brinkmann, 2009).

³³³ Genom forskningsintervjuns frågor och svar skapas kunskap aktivt genom interaktionen (i samtalet) mellan intervjuare och intervjudperson. (Kvale & Brinkmann, 2009).

³³⁴ Kvale och Brinkmann (2009, 64) skriver att man kan se ”intervjuandet som en process där man *samlar in kunskap* eller som en process där man *konstruerar kunskap*”. Dessa två påståenden kan hjälpa forskaren att själv reflektera över vilken slags syn hen har med sig till intervjun. I postmodern epistemologi existerar vetande i relationen mellan människa och världen, kunskapen finns inte utanför eller inuti en person. Författarna menar att det mellanmänskliga samspelet i intervjun odlar fram den kunskap som erhålls.

observant på att forskningspersonerna ibland under intervjuens gång nått nya insikter och därmed ändrat sina uppfattningar. Att jag sedan tidigare haft erfarenhet av att samtala om hälsa och livets djupa frågor och även bemöta dessa upplever jag har varit till stor nytta i intervjusituationen för att skapa ett tillåtande klimat och en trygg situation för forskningspersonerna att träda fram i sin nakenhet³³⁵. Jag har ständigt eftersträvat att bevara forskningspersonens värdighet och på ett respektfullt sätt visat vördnad inför varje uttalande som forskningspersonerna fört fram i ljuset genom att vara så neutral och fördomsfri som möjligt gentemot dessa utsagor³³⁶.

5.2.3 Hermeneutisk textläsning

Allt material har tolkats genom hermeneutisk textläsning³³⁷. Denna metod var inte given i början av studien utan metoden har gjort sig gällande efter att materialet fått tala³³⁸. Intentionen med detta var att låta substansen gå före metoden³³⁹. En grundregel i tolkningen av materialet som jag följt har varit att tolkningen ska leda mot nya abstraktionsnivåer där det enligt klassisk hermeneutisk mening i min studie sker en pendling mellan delarna och helheten. Slutligen sker tolkning mot teorikärnan.³⁴⁰

Den bärande tanken inom hermeneutiken är att delen ska speglas mot helheten för att ge någon mening alls och bana väg för förståelse. Vetenskaplig kunskap ses därmed alltid som bunden till ett perspektiv, dvs. det finns alltid en tolkning i allt innebördsrikt begrundande. Det handlar alltså om tolkarens förförståelse som

³³⁵ Intervjuarens känslighet och ämneskunskap kring temaområdet sägs även påverka intervjupersonens uttalanden, och därför kan olika intervjuare få fram utsagor om samma tema. (Kvale & Brinkmann, 2009)

³³⁶ Kvale och Brinkmann (2009) skriver att intervjuaren bör vara aktsam för att inte göra etiska övertramp av intervjupersonens personliga gränser.

³³⁷ Jfr Koskinen & Lindström (2013).

³³⁸ Jfr Eriksson (1992) som menar att "substans föregår metod".

³³⁹ Jfr Eriksson & Lindström (2003).

³⁴⁰ En alternativ tolkningsmetod i studien kunde ha varit t.ex. latent innehållsanalys som består av att kategorisera materialet i liknande meningsbärande teman. Anledningen till att denna metod inte valdes var att den enbart sträcker sig till tolkning mellan raderna, medan mina forskningsfrågor till karaktären var sådana att de yrkade på både en tolkning mellan raderna med en ständig dialog mellan del och helhet och även abduktiva inslag där tolkningen görs "bortom raderna" (Citat från en föreläsning om abduktion av Råholm, 2012, vid Åbo Akademi i Vasa, opublicerat material).

uppdagar sig genast hen stöter på någonting nytt som ska tolkas. Det här innebär att läsaren med andra ord redan vid första mötet med texten har en föreställning inom sig gentemot tolkningsobjektet i fråga. Genom tolkningsprocessen förändras sedan denna förförståelse hela tiden. Genom att tydliggöra förförståelsen synliggörs samtidigt även utgångspunkten för tolkningen. (Larsson, 1994) Valet av hermeneutisk texttolkning gjordes för att jag eftersträvade en nyanserad och annorlunda förståelse för människans *vardande i hälsa* och speciellt hennes utsikter att finna vägen dit.

Jag har valt att följa Gadamer (1997) tankesätt gällande den hermeneutiska texttolkningen eftersom den harmonierar med studiens ethos och värdegrund. Gadamer talar nämligen om att förståelse inte innebär ytliga fenomen som att begripa eller behärska någonting utan förståelsen avser att förstå människan, världen och verkligheten, dvs. Saken i sig själv (die Sache³⁴¹). Det utgör utifrån ovanstående uttalanden, även mitt eget anspråk på att nå förståelse för det meningsbärande i kraftkällan och människans *vardande i hälsa*.

Hermeneutisk textläsning av de litterära texterna

De litterära texterna *Kärlekens gerningar* (1847) av Kierkegaard och *Det bländande mörkret* (2007) av Wikström tolkades genom en hermeneutisk läsaakt. Att bli medveten om förförståelsen och de egna fördomarna och hur de kan påverka tolkningen och förståelsen är avgörande för att textens sak ska kunna stiga fram. Jag har inför läsaakten aktivt medvetandegjort och artikulerat min egen förförståelse (min tolkningshorisont), och bejakat att den starkt har kraft att forma förståelsen, för att den inte skulle blockera eller förvränga förståelsen av texterna.

För att göra mig helt öppen och mottaglig inför textens sanning har jag inlett läs- och tolkningsakten med att ödmjukt inse att jag inte förstår Saken, vilket dels förstärkt den positiva oro och förväntan inför det okända (en meningsförväntan) som jag haft inför kunskapsobjektet. Att inledningsvis inse att jag inte förstår

³⁴¹ Warnke (1993) skriver att mening har innehar en central position i förståelsen hos Gadamer synsätt och att Gadamer skiljer mellan två former av förståelse, nämligen: 1) förståelse av sakinhåll, som avser att man inser sanningen i något, det vill säga en insikt i Saken i fråga, *die Sache* och 2) förståelse av intentioner som avser förståelse av betingelser, t.ex. orsaker till att en person säger att det är fel att döda.

Saken har gjort att jag blivit ännu mer inspirerad och observant på nödvändigheten av att förstå, vilket således öppnat för den hermeneutiska rörelsen, fört den framåt och därmed berett väg för ny förståelse.

Inledningsvis läste jag texterna och gjorde en 'förstahandstolkning' genom att belysa tolkningarna med citat ur verken. Fokus i läsaktens och tolkningen har varit att söka svar på och nå förståelse av människans kraftkälla, hennes liv och hälsa, bl.a. utifrån tolkning av begreppen "tro, hopp och kärlek" samt "evighet". Utöver dessa fokus har jag i Wikströms text därtill inriktat mig på att vara vaksam inför det som sägs om det dolda, livets mysterium och lidande. Jag har i enlighet med Gadamer's närmelsesätt befunnit mig nära den primära skriften i strävan att nå förståelse av texten som en del av min horisont³⁴² som läsare, och sökt dess verkliga mening i nutid genom det förflutnas tilltal. Jag har inombords lyssnat och dröjande inväntat textens budskap och när texten öppnat upp och "börjat tala till" mig har jag ställt frågor till den samtidigt som nya frågor väckts som fört dialogen vidare framåt.

Genom läsningen av texterna har den egna förförståelsen igångsatts, men även satts på spel³⁴³. Det krävs mod för att våga lyssna till det okända som inte är nära en likt förförståelsen, det kan upplevas skrämmande och otryggt när förförståelsen satts på spel genom det främmande och annorlunda som möter en i texten. När jag har stött på det främmande har jag öppet lyssnat till det nya och okända som texten velat förmedla, utan att försöka förvränga det som kommit emot mig. Gustavsson (1996) menar att den bildade kunskapen blir människans egen först när hon lyckas samordna den så att den harmonierar i hennes personlighet. I tillägnelsen av kunskapen krävs att människans anlag, vilja, känsla, klokhet och omdöme inkopplas. En av utgångspunkterna för förståelse av världen genom tolkning är självförståelse. Människan som subjekt sammanhänger med tolkningen

³⁴² Enligt Gadamer (1996) är horisonten inte statisk, utan föränderlig i växelverkan med läsaren, så att läsaren påverkar horisonten och läsaren påverkas av horisonten. Vikström (2005, 83) hänvisar till Gadamer: "Till horisontens väsen hör att den är en gräns, men samtidigt är den alltid öppen och föränderlig eftersom horisonten förskjuts då iakttagaren rör på sig. I historisk forskning är det inte möjligt att ta språnget in i det förflutnas horisont, däremot kan nuets och det förflutnas horisonter mötas. I denna horisontsammansmältning sätter uttolkaren sin förförståelse och sina fördomar på spel och omprövar dem i ljuset av det som texterna och de andra historiska dokumenten förmedlar."

³⁴³ Gadamer (1989; 1997).

av yttervärlden eftersom tolkning av objekt och företeelser utanför en själv är avhängigt ens egen självuppfattning. Kvalifikationen för att kunna bära etiskt ansvar fullgörs av en fri och suverän människa varför ens egen självaktning och upplevelse av att inneha värdighet är essentiell för att kunna bevara den andres värdighet. Enligt ovanstående resonemang kan jag konstatera att det har utgjort en förutsättning att jag själv haft en stabilitet i mitt eget liv och att jag haft en, som jag själv ser det, god och sund självförståelse, eftersom dessa utgör grogrund för att överhuvudtaget kunna möta omvärlden (textens sak) och tolka³⁴⁴ den. Därtill har det liksom Gadamer (1997) betonat haft betydelse att jag bejakat min historicitet och tillhört en viss tradition. Vetskapen om traditionen och dess ethos har utgjort en hamnplats eller tillflyktsort av vila varifrån det har varit tryggt att bege sig ut på nya farleder och sätta sig själv på spel för att möta annanheten hos det främmande, utan att för den skull glömma den egna traditionstillhörigheten.

Texterna lästes flera gånger följsamt och eftertänksamt för att fördomsfritt låta texten få tala självständigt och på så vis skapa rum för att låta Saken träda i förgrunden. Min totala uppmärksamhet och energi har i läsandet och tolkandet riktats mot själva Saken och förståelse för dess sanning så till den grad att både tid och rum har kommit i skymundan. Jag har hela tiden vägletts utifrån förförståelsen och ständigt jämfört de olika citaten (delarna) i de litterära texterna mot teorikärnan och mot förförståelsen (helheten). Citaten har tolkats först enskilt och sedan jämförts med förförståelsen för att nå en ny eller annorlunda förståelse. I enlighet med Gadamers tänkande har jag kritiskt utvärderat det nya som jag förstått genom att först förstå något av mig själv genom det tolkade, då jag därefter uppfångat något av den nya förståelsen av Saken³⁴⁵. Så småningom framtonade tolkningar med liknande innehåll som kunde sammanlänkas varpå teser uppstod, som svar på forskningsfrågorna, parallellt med tolkningen. Följande steg i

³⁴⁴ Vikström (2005) hävdar att resultaten av tolkningen inte kan göra anspråk på att erbjuda den definitiva sanningen, så att den inte längre skulle kunna ifrågasättas. Vikström (2005, 124–125): ”Till tolkningens öppna och oavslutade karaktär hör att tolkningsarbetet innebär ett tålmodigt sökande efter argument för den tolkning som ter sig mest sannolik. Det räcker alltså inte att presentera en tolkning; det gäller också att kunna argumentera för den. Retorik har ibland en ful klang, som implicerar att den som talar eller skriver döljer sig bakom vackra fraser eller medryckande underhållning. Men retorik handlar i grunden om konsten att på ett övertygande sätt föra fram sin åsikt.”

³⁴⁵ Jag gör inte anspråk på att min förståelse i studien ska vara definitiv, slutgiltig eller på något sätt fullständigt uttömmande.

tolkningen av de litterära texterna var att sammanföra förståelsen av de begrepp som framsteg ur citaten och forma den nya förståelse som framtonade av de olika begreppen som stått i fokus.

Jag har eftersträvat att förbli öppen utan att bortse från det som inte synliggör Saken i studien men i stället verkligen se det som berikar förståelsen. Genom att ställa frågor till texten har det meningsbärande i Saken synliggjorts. Likheter och olikheter har observerats och det har varit nödvändigt att ställa nya frågor till texten efter en första förståelse. De nya frågorna har gjorts med tanke på helhetsförståelsen och för att underlätta föreningen av textens horisont med min egen.

Jag har i tolkningen hela tiden rört mig mot en helhetsförståelse (en sammansmältning av olika horisonter) och horisonten har ständigt varit i rörelse, likt en process där förståelsen av de enskilda delarnas mening avgjorts utifrån tolkningen mot textens helhet. En horisontsammansmältning har uppsått när textens och min horisont som tolkare mötts och nått enighet. Den här rörelsen och oupphörliga dialogen mellan textens delar speglar mot helheten och teorikärnan har möjliggjort en djupare förståelse av kunskapsobjektet. Genom läsning av de litterära texterna med öppenhet och medvetenhet uppstod slutligen, genom horisontsammansmältning bestående dels av min förförståelse och dels av textens, en ny syntes. Utifrån denna nya horisont formades ett antal teser som svar på forskningsfrågorna.

Hermeneutisk textläsning av textmaterial från intervjuerna

Fokus i den hermeneutiska textläsningen och tolkningen av utsagorna från forskningspersonerna är forskningsfrågorna, och de behandlas åtskilt, trots att de tangerar varandra. Fokus i läsningen och tolkningen har alltså varit att söka svar på och nå förståelse av människans kraftkälla och hennes väg till den. Den hermeneutiska läsningen av textmaterial från intervjuerna har följt samma tänkande som i den hermeneutiska textläsningen av litterära texter. I mötet med textmaterialet från intervjuerna har jag aktivt medvetandegjort och bejakat min förförståelse. Liksom i mötet med de litterära texterna har det varit mycket viktigt inför mötet med textmaterialet från intervjuerna att först inse att jag inte förstår, liksom för att bereda väg för ny förståelse.

Rent tekniskt har jag i den hermeneutiska texttolkningen gått till väga så att jag först transkriberade de inspelade intervjusamtalen (de nedskrevs i sin helhet till textform). Därefter lästes samtliga texter igenom noggrant i en första genomläsningsrunda för att jag skulle få bekanta mig med texterna. Tolkningen utgår generellt från olika *temaområden*, som uppkommit på så vis att de tagit sitt avstamp i den intervjutext som vid första genomläsningsrundan berörde kraftkällan på ett djupgående sätt. Denna intervjutext skapade således en slags förförståelse av Saken vilken sammanfattades i meningsbärande teman som belystes med citat, och dessa teman sattes på spel genom mötet med de andra intervjutexterna. Efterhand tillkom eller förändrades teman utifrån mötet med andra intervjutexter. Ett specifikt temaområde behandlades först ur en forskningspersons synvinkel varpå de andra forskningspersonernas eventuella uttalanden kring samma tema spårades. Jag har således låtit intervjutexterna (forskningspersonernas uttalanden) gå i dialog med varandra för att se ifall att de eventuellt har behandlat samma temaområden och huruvida det i sådana fall förekommer skillnader eller gemensamma beröringspunkter. Efter att temaområden började framträda skapades teser hela tiden vid sidan om tolkningen, och jag hade därefter även en fas i tolkningen där jag lyfte fram den partikulära nivån hos forskningspersonernas utsagor, medan jag dröjde kvar i den och så småningom lät den glida undan för att i stället lyfta upp det universella till generell nivå. Jag har ständigt varit noga med att lyssna till det som eventuellt sagts mellan raderna i texten eller eventuellt blivit osagt. På samma sätt som med den hermeneutiska textläsningen av litterära texter har jag långsamt inväntat och lyssnat efter textens budskap och när texten har öppnats och ”börjat tala till” mig har jag ställt frågor till den samtidigt som nya frågor väckts som fört dialogen framåt och format nya teman. Dessa nya frågor har ställts för helhetsförståelsen och för att underlätta sammanvävningen av min egen horisont med textens. Min egen förförståelse har satts igång genom textläsningen, och den sattes även på spel³⁴⁶. Jag har läst texterna flera gånger följsamt och eftertänksamt för att utan fördomar låta texten få träda fram och tala själv för att således skapa rum för Saken att träda i förgrunden.

³⁴⁶ Gadamer (1989; 1997).

Jag har hela tiden i tolkningen gått tillbaka för att ta sikte i forskningsfrågorna³⁴⁷, samtidigt som tolkningen byggt vidare utifrån tidigare uppkomna teser, samt en ständig återkoppling till teorikärnan, dvs. det sker en ständig dialog (rörelse) mellan del och helhet. Denna hermeneutiska tolkning karaktäriseras av ett kvardröjande vid texten, med intentionen att låta materialet tala och ge svar på mina frågor men även öppna för nya frågor. Trots att jag alltjämt arbetade induktivt gjorde jag deduktiva inslag genom den intervjuguide som jag hade som vägledning vid intervjutillfället. I tolkningen har jag hela tiden rört mig mot en helhetsförståelse (sammansmältning av olika horisonter) och horisonten har ständigt varit i rörelse, likt en process där förståelsen av de enskilda delarnas mening avgjorts mot helhetens utformning. När min horisont som tolkare och textens har mötts har enighet uppnåtts. Denna ständiga rörelse av dialog mellan textens delar gentemot helheten och teorikärnan har möjliggjort en djupare förståelse av meningen i kunskapsobjektet. Genom att läsa texterna genom en öppen hållning, och genom medvetenhet och kritisk framförhållning, uppstod en ny syntes. Denna syntes bestod av en horisontsammansmältning som skapades dels av min egen förförståelse och dels av textens mening. Utifrån den nya horisonten skapades ett antal teser som svar på forskningsfrågorna.

³⁴⁷ Forskningsfrågorna lyder: "Vad är människans kraftkälla?" och "Vad uppenbarar kraftkällan så att människan kan uppfatta den och tillägna sig dess kraft för att varda i hälsa?"

6 STUDIENS ETISKA VÄRDEGRUND

Jag vill lyfta fram att jag ser det som mitt etiska ansvar och plikt att som forskare i vårdvetenskap söka fördjupad kunskap om människans hälsa som kan tjäna livet och minska lidande hos människan. Jag vill speciellt betona att jag ser det som omöjligt att utvinna en fullständig kunskap om ifrågavarande forskningsämne på grund av dess komplexitet. Min strävan är ändå att belysa det som är möjligt av forskningstematiken och som utifrån den här studiens tematisering inte tidigare blivit upplyft i ljuset. Syftet med denna studie är att fördjupa och nyansera förståelsen av hälsans ethos genom att utforska människans *vardande i hälsa*³⁴⁸.

Även om jag som forskare i sökandet är gränsöverskridande är jag medveten om att det finns mycket förborgat gällande detta forskningsområde, och att det finns sådant som också bör förbli det. Livet, hälsan och människans lidande är konstituerade så att det finns mycket däri som är dolt och hemligt som människan aldrig kan förstå sig på. För en forskare är det outhärligt och att ha denna insikt, eftersom den utgör grundförutsättning för att kunna möta livets helighet och okränkbarhet på ett så försynt sätt som möjliggör som banar väg för tolkningen av dess betingelser och indikerar aktsamhet inför de delar av outgrundlighet, både beträffande teorin men i synnerhet då det gäller mötet med människorna (forskningspersonerna), som fordrar en frizon från insyn.

Det finns risker med att genomföra studier där människor som varit eller är i ett lidande deltar. När jag som forskare har rört mig i den *verkliga verkligheten* och intervjuat människor som genomgått ett lidande har jag särskilt upplevt mitt etiska ansvar³⁴⁹ inför dessa forskningspersoner, att inte tillfoga någon av dem mera lidande än det de redan upplevt³⁵⁰. Forskningsetiskt tillstånd för denna empiriska

³⁴⁸ Eriksson (1989) hänvisar till Gräsbeck som menar att det är rent ovetenskapligt att säga sig främja hälsa utan att nämna målsättningen, eftersom hälsa rent begreppsligt är så hårt knutet till målsättningen.

³⁴⁹ Beträffande det etiska forskningsförfarandet anses forskarens moraliska handlande av större vikt än hans kännedom om teoretiska kriterier beträffande etik. (Kvale & Brinkmann, 2009)

³⁵⁰ Kvale och Brinkmann (2009) menar att det är ett moraliskt företag att utföra en intervjuundersökning. Interaktionen i intervjun påverkar intervjupersonen, och förståelsen av människans villkor påverkas av den kunskap som produceras i undersökningen. Etiska problem i intervjuforskning förekommer inte minst på grund av att man undersöker privata liv utifrån vilka man skapar kunskap som ska uppvisas offentligt. Det råder *en maktasymmetri* i kvalitativa

del av studien bestående av intervjuer riktade till forskningspersoner som genomgått ett lidande har även prövats i en etisk kommitté vid Åbo Akademi och beviljats³⁵¹.

Ur ett etiskt perspektiv upplever jag att det är försvarbart att genomföra studien³⁵², eftersom det rimligen kan vara så att det innebär ett lindrande av lidandet hos den som får sätta ord på sina erfarenheter och dela de med någon. Under intervjusamtalens gång har det hänt sig att forskningspersonerna flera gånger uttryckt att de genom dialogen plötsligt (eller efterhand) har upptäckt aspekter av sitt lidande och sin hälsa som de inte tidigare har kommit att tänka på, trots att de kanske vänt ut och in på sitt lidande otaliga gånger, inte minst tillsammans med eventuella terapeuter eller psykologer. Några har upplevt det som värdefullt att de har kunnat se sitt lidande och sin hälsa i ett nytt ljus tack vare intervjuens fokuserande karaktär, där de genom dialogen med mig återsett Saken ur nya perspektiv beroende på vad som fokuserats. Flera gånger har forskningspersonerna direkt uttryckt tacksamhet till mig för vårt samtal efter

forskningsintervjuer, som manar till etiska reflektioner kring ansvarsfullt tillvägagångssätt. Det handlar inte om en fri dialog mellan två jämlika utan intervjuaren har en vetenskaplig kompetens som innebär att intervjuaren definierar intervjusituationen, inleder samtalet, ställer frågor, bestämmer riktningen och avslutar det. Intervjun är en enkelriktad dialog och intervjuens syfte är inte bara ett gott samtal i sig utan det är att nå texter som kan tolkas för forskningssyfte. Det är intervjuaren som har tolkningsmonopol på intervjupersonens utsagor och har ett privilegium gällande tolkningen av vad intervjupersonen egentligen menade. Det är viktigt att intervjuaren tänker igenom maktens roll beträffande produktionen av intervjukunskap.

³⁵¹ Se bilaga 2: Ansökan till etiska nämnden och bilaga 3: Utlåtande från forskningsetiska nämnden.

³⁵² Kvale och Brinkmann (2009, 88) skriver att "Konfidentialitet i forskning betyder att privata data som identifierar deltagarna i undersökningen inte kommer att avslöjas". Vidare skriver de (2009, 89): "I ett utilitaristiskt perspektiv ska summan av potentiella fördelar för en deltagare och vikten av den kunskap som vinnas uppväga risken att deltagaren lider skada och alltså rättfärdiga ett beslut att genomföra studien. Det innebär att forskaren är skyldig att överväga de möjliga konsekvenserna, inte bara för de personer som deltar i studien utan också för den större grupp som de representerar." Deltagarna kan i intervjusituationen komma att avslöja sådant som de senare kanske ångrar. Närheten i forskningssituationen gör att det ständigt ställs krav på forskarens förmåga att överväga hur djupt hen bör gå med sina frågeställningar. Stor kunskap om forskningsområdet krävs för att undvika eventuella etiska överträdelser av undersökningssituationens privata integritet. Avgörande för produktionen av den vetenskapliga kunskapens kvalitet och hur hållbara etiska beslut som gjorts under undersökningens gång är forskarens roll som person, hens integritet. Dessa frågeställningar är viktiga att inse eftersom kunskapen erhålls framförallt genom forskaren själv. De publicerade resultaten bör vara så korrekta och så representativa som möjligt för området som forskas i, dvs. de bör ha hög vetenskaplig kvalitet.

genomförd intervju, eftersom de upplevt den som någonting positivt, som tillfört dem något. Möjligen är det så att det för en del av forskningspersonerna har inneburit ett lindrande av det lidande som de en gång burit inom sig då de igen getts möjlighet att reflektera kring det och sätta ord på sitt lidande?

Eftersom det till substansen i samtalen hört att minnen från svåra personliga lidanden och förluster berörts på djupet, vilket uppväckt starka känslor, så har det stundtals under intervjuernas gång fallit tårar eller blivit märkbart känslösamt för forskningspersonerna. Därför har jag varit noga med att försöka tyda reaktionerna hos den enskilda människan framför mig och både under intervjuens gång och efter genomförd intervju och berett rum för dem att uttrycka sina känslor och berätta hur de upplevt samtalet. Därtill har jag alltid frågat dem ifall de har någon att vända sig till och prata med ifall de skulle bli illa till mods i ett senare skede när jag lämnat dem och gått vidare med mitt insamlade intervjumaterial. Jag har varit noga med att inte lämna någon forskningsperson ensam med svåra känslor eller obesvarade frågor.

Ur etisk forskningssynpunkt har jag utgått från att etiken föregår ontologin, vilket innebär att det etiska alltid föregår situationen³⁵³. Därför har jag arbetat för att hålla människans helighet och värdighet levande i alla delskeden av kunskapssökandet. Jag har varit angelägen om att stöda mig på min värdegrund och bevara en vårdvetenskaplig hållning och ett vårdvetenskapligt närmelsesätt. Detta innebär att jag haft ett ethos bestående av *caritas* som ledstjärna³⁵⁴, både beträffande hur jag respektfullt har kontaktat forskningspersonerna, informerat dem om studien men inte minst gällande frivillighet samt att jag har eftersträvat att bemöta deltagarna som unika människor³⁵⁵. Jag har satt speciellt fokus på att i mötet med forskningspersonerna vara inbjudande för att skapa en sfär av hemmastaddhet och förtrolighet som skulle inge trygghet och tillit för att de skulle våga dela sin historia med mig.

³⁵³ Eriksson & Lindström (2000); Eriksson (2001).

³⁵⁴ Jfr Eriksson och Lindström (2000) skriver att siktet för sökandet skapas genom förståelsen och tillägnandet av ett ethos, dvs. de värden människan står för och helighåller.

³⁵⁵ Forskningsetiska delegationen (2009) skriver att forskningspersonerna bör bemötas respektfullt och att människovärdet bör skyddas för undvikande av psykiska olägenheter.

Forskningspersonerna har samtliga före intervjutillfället utgjort främmande människor för mig. Jag valde att gå den här vägen eftersom jag utgick från att det kunde upplevas lättare och eventuellt befriande att tala om svåra saker med en främling än med någon som man känner eller som står en nära. Jag tänkte mig att närhet eventuellt kunde utgöra ett hinder som skulle göra att personen inte ville anförtro personliga erfarenheter av livets mörker. Jag tänkte mig även att forskningspersonerna kanske skulle utelämna de allra svåraste upplevelserna för att skydda den andra, om hen var någon som stod dem nära. Detta att jag som forskare utgjorde en främling för forskningspersonerna kunde även vara till nackdel och förutsatte att det från forskningspersonens sida skapats ett förtroende för mig som forskare, något som jag varit mån om att försöka skapa. Till Saken hör att jag allra först kontaktade varje forskningsperson per e-post³⁵⁶ med en personligt³⁵⁷ formulerad förfrågan och inbjudan att delta i studien, med kort information gällande studiens syfte och ändamålet med intervjun.

Två forskningspersoner kunde inte i början nås per e-post eftersom jag inte hade deras adresser, så till dem ringde jag allra först, varpå jag skickade e-post. Motivet till att jag valde att först ta kontakt per e-post var att det för forskningspersonen på detta vis inte skulle vara särskilt svårt att välja alternativet att inte delta i studien om hen upplevde minsta motstånd. Mottagaren kunde ju t.ex. helt ignorera meddelandet, lämna det obesvarat eller bara skriva kort att hen inte var intresserad att delta. Min tanke var att det kunde vara svårare att per telefon eller ansikte mot ansikte tacka nej, eftersom forskningspersonen då kanske skulle känna sig tvingad att motivera varför hen inte ville delta. Risken med att få deltagare med som bara halvhjärtat ville delta ville jag undvika med all medel, eftersom jag sökte personer som var äkta intresserade. Synbarligen lyckades jag också välja ut och vända mig till personer som verkligen ville berätta om sitt lidande, eftersom ingen av de tillfrågade avböjde. En bad om lite extra betänketid, men kontaktade mig sedan själv och ville delta för att kanske kunna hjälpa andra människor genom sina erfarenheter, men även för egen del, för att eventuellt själv få nya perspektiv på sitt lidande.

³⁵⁶ Jag hittade forskningspersonernas e-postadresserna i huvudsak genom sökning på internet, eller via media.

³⁵⁷ Med personlig avses här att jag formulerat individuella e-postmeddelanden till varje forskningsperson.

Om forskningspersonen besvarade mitt korta e-postmeddelande om inbjudan att delta i studien och tackade ja till det så skickade jag som bekräftelse en noggrannare skriftlig information³⁵⁸ per e-post före intervjutillfället, och utöver detta kontaktade jag även några per telefon. Forskningspersonerna har fått ge sitt informerade samtycke³⁵⁹ till deltagande i studien. Jag har, med flera års erfarenhet av att föra samtal med människor om deras hälsa (inom företagshälsovårdskontext) samt genom mina studier i hälsovetenskap och psykologi, enligt bästa förmåga använt mig av denna kunskap när jag som forskare förhållit mig till den specifika människan framför mig. Jag har försökt finna och möta människan utifrån den plats på vilken hen för närvarande befunnit sig samt tagit hänsyn till behoven och begäret hos denna människa samt hens *annorlundahet*. Jag har således varit mån om att i dialogen skapa rum för forskningspersonen³⁶⁰ och som forskare verkligen lyssna på människans berättelse och vara lyhörd, även till det osagda. Därmed har jag medvetet försökt att vara öppen och inte störande för samtalsflödet. Ändå har jag ställt följdfrågor, för att leda samtalet mot den substansbärande Saken, genom att be om förtydliganden, eller ställa följdfrågor kring bärande element.

Jag har sett det som etiskt väsentligt hur jag som forskare visar vördnad inför det talade ordet jag fått emotta som en gåva genom samtalet, vilket har haft betydelse för hur jag hanterat och förvarat samt tolkat materialet. Gällande tolkningen har jag lagt tonvikten på att inte förvanska eller övertolka det sagda materialet eller göra det till något som det inte är. Forskningspersonerna har inte getts kännedom om övriga deltagare i studien. Resultatredovisningen garanterar

³⁵⁸ Se bilaga 4 "Förfrågan om deltagande i forskningsprojekt".

³⁵⁹ Se bilaga 5: Samtycke till deltagande. Kvale och Brinkmann (2009) skriver: Att informera undersökningspersonerna om ens allmänna syfte med studien och hur undersökningen är upplagd, fördelar och risker förknippade med deltagande i den kallas för *informerat samtycke*. Det innebär även att de som deltar i undersökningen har rätt att avbryta sitt deltagande när som helst. Undersökningspersonerna ges information om konfidentialitet, procedurer i projektet och vem som kommer att ha tillgång till intervjun eller materialet samt forskarens rätt att publicera hela eller delar av intervjun. En skriftlig överenskommelse innebär att intervjupersonen ger sitt informerade samtycke till att delta i undersökningen och även ger tillstånd för användning av materialet i framtiden i forskningssyfte.

³⁶⁰ Kvale och Brinkmann (2009) skriver att studien inte får göra etiska övertramp på forskningspersonernas personliga integritet.

forskningspersonens anonymitet³⁶¹. På detta vis har jag anammat ett förfaringsätt³⁶² för att så varsamt som möjligt nå framåt med studien i sökandet efter det sanningslika. Material som uppkommit genom delstudien med forskningspersonerna kommer endast att användas av forskaren och enbart för den här studiens skull. Materialet kommer att bevaras inlåst i säkert förvar, även efter att redovisningen av studien är klar. Med hänsyn till dessa ovanstående motiveringar har jag sett det som etiskt försvarbart att genomföra ifrågavarande studie.

³⁶¹ Integritetsskyddet tillhör de rättigheter som är stadgade i Finlands grundlag (Forskningsetiska delegationen, 2009).

³⁶² Denna studie har enligt riktlinjerna för "God vetenskaplig praxis" (Forskningsetiska delegationen, 2002; 2009; 2012) anammat ett verksamhetssätt som harmonierar med forskningssamfundet, vilket bl.a. innebär att arbetet bör vara ärligt och att omsorgsfullhet och noggrannhet bör iaktas i forskningens alla delar såsom vid dokumentering, bedömning av undersökningsresultat och redovisning av resultat. Vid publicering av undersökningsresultaten har en traditionsenlig och öppen hållning antagits och andra forskares arbete har respekteras. I min studie har etiska principer beträffande humanvetenskaplig forskning beaktats och de berör tre delområden som framkommer i Forskningsetiska delegationen (2009, 5): "1. Respekt för den undersökta personens självbestämmanderätt, 2. Undvikande av skador och 3. Personlig integritet och dataskydd."

IV

7 RESULTAT

I mörkret kommer vi närmare
den tomhet som är skapelsens källa.

Peter Nilson (Arken, 1982, 112)

Det sammanfattade resultatet från alla tre delstudier presenteras nedan. I de påföljande tre kapitlen (kap 8, 9 och 10) presenteras de tre olika delstudierna närmare var för sig.

Konklusion av förståelsen utifrån tolkningen av samtliga tre delstudier lyder:

Kärleken utgör livets kärna och urkraft. Den finns ständigt i människans närvaro, eftersom den utgör människans egentliga väsen. Kraftkällan finns djupt rotad inom människan. Hennes innersta rum utgörs av kraftkällan, och den skapar inom henne i grunden alltid en ontologisk och andlig hemlöshet som väcker hennes törst och inre längtan efter den. Kraftkällan har evigheten inom sig varför människans ursprung bär på en helighet som aldrig kan förgå. Kraftkällans väsen är fördolt men paradoxalt nog samtidigt uppenbart för människan likt ett mysterium. Källans väsen bör bevaras som en hemlighet, eftersom den både utgör och upprätthåller dess kraft. Det gåtfulla hos kraftkällan har att göra med att den utgörs av den abstrakta andra, dvs. den andliga och heliga dimensionen. Människan kan därför aldrig fullt förstå kraftkällan. Hennes heliga härstamning från kraftkällan och dess förbund med evigheten gör att hon i viss mån utgör en gåta och en hemlighet för andra, men även för sig själv. Evighetsperspektivet som kraftkällan skänker människan stärker kärleken till nästan som gör att hon både vill ta hand om sig själv och om andra. Kraftkällan ger kraft men ställer samtidigt krav på människan. Uppmaningen är att människan ska eftersträva sitt mänskliga väsen genom att älska nästan för att kunna tillägna sig kraftkällan. Tro och hopp på kraftkällan, kärleken, förutsätts för att en tillägnelse ska vara möjlig. Tillägnelsen möjliggörs inte om människan omvänt försöker göra anspråk på att uttröna kraftkällans väsen.

Människans värdighet är tack vare evighetsursprunget orubblig, dvs. oberoende av omständigheter har hon ett heligt värde. Detta innebär att människan enbart genom sin existens alltid har tillträde till kraftkällan, och således är källan värdig. Kraftkällan skapar inom människan en ontologisk och andlig hemlöshet som väcker hennes törst och inre längtan efter den. Man kan betrakta kraftkällan som människans egentliga hem, där hon upplever sig hemmastadd och kraftfull, och genom vilken hon alltid kan vara sig själv. Men eftersom kraftkällan till sitt väsen är fördold, och den inte automatiskt visar sig för människan, kan hon inte se den, men hon kan ana små ljusglimtar från den som kan göra att hon vågar tro och hoppas på dess möjligheter att ge henne ny kraft. Dessa ljusglimtar kan uppenbaras t.ex. genom det heliga tilltalet som tingen utandas. Evighetsperspektivet i kraftkällan gör att människans möte med den gör henne medveten om sin litenhet, som är en förutsättning för tillägnelse av kraft, eftersom litenheten stärker människans ödmjukhet inför livets storhet.

Vägen till kraftkällan går genom mörker till ljus. Förutsättning för ljusupplevelsen från kraftkällan är en vandring i livets mörka dal. Vägen till kraftkällan säger något om själva kraftkällan, nämligen att dessa två har samma grundsubstans och villkor samt förutsättningar. Vägen till källan utgörs av tro, hopp och kärlek, samtidigt som dessa är kraftkällan, men det är kärleken som utgör den bärande substansen, dvs. kraften.

Kraftkällan förser människan med inre visshet om en djupare existentiell tillhörighet som upplevs som en inre frid. Lidandets mörker för människan närmare livets kärna (så att hon blir varse om livets två ytterligheter, nämligen liv och död) varpå hennes inre längtan uppväcks. När den inre längtan vidrörs skapas en rörelse hos människan som gör att hon vill ta ett första steg i enlighet med sin inre längtans röst. När hon erfar detta första möte med kraftkällan, ett ljussken från den som glimtar till och som gör att hon kan ana den godhet och värme som finns vid källådrans upprinnelse. Detta första ljussken gör att det inom henne föds ett litet hopp som bär framåt. Ljusglimten från kraftkällan har ett alldeles annorlunda och motsägelsefullt skimmer, som ter sig fundamentalt olikt det hon tidigare upplevt, samtidigt som det paradoxalt nog verkar bekant. Det lyser upp någonting nytt, genomstrålar och upplyser människan med en säregen glans, som gör att ett litet ljus tänds inom henne. Det här ljuset utgör ett litet hopp, som till

synes kan verka obetydligt, men som innehar helt avgörande betydelse för ett fortsatt vardande i hälsans riktning, eftersom det väcker hennes inre längtan efter liv som för henne mot tro och hopp. Genom att uthärda det oförutsägbara mörkret i lidandet bereds människan möjlighet att inse sin egen litenhet och ontologiska otillräcklighet beträffande kraft, vilket väcker en existentiell oro som får henne att längta och söka efter en större enhet (som kraftkällan har att erbjuda). Men det är först när förtvivlan är total och människan finner en otillräcklighet i sig själv, som hon vidkänner sin litenhet som människa och som hon tvingas att göra ett val: antingen att ge upp eller att vända sig mot den abstrakta andra för att be om nåd och styrka. Det som händer när mörkret och det dolda tränger sig på och människans förtvivlan blir total är att livets kärna framträder och hon blir varse om livets ytterlighet – döden (samt meningslösheten och tomheten) och hon inser sin otillräcklighet i sig själv och varseblir sin inre längtan efter liv och hälsa genom den abstrakta andras nåd och frid. Hon blir ödmjuk inför tanken om att livet alltjämt förblir en olöslig gåta och att bitar av hennes inre utgör beståndsdelar av denna olösliga gåta vilka delvis bör förbli hemliga också för henne själv. Lidandets mörker väcker således insikten om livets provisorium vilket för människan mot livets kärna, i vilken det finns en urkraft som aldrig förgår.

När människan är nära livets kärna gör hon medvetna val och vill kämpa för att skapa mening och glädje i livet, trots lidande, eftersom hon bortom detta i stället inser sanningen³⁶³. Människan blir upplyst av ljuset, av värmen och godheten som möter henne i mörkret när kraftkällan vidrör henne. Det handlar om ett etiskt uppvaknande av den eviga sanningen om livets beskaffenhet och vördnad inför livets storhet. Människan räds ibland sitt mörker, det dolda, (dödens och livets ursprung) eftersom det för henne utgör någonting främmande, och det okända kan uppfattas som otryggt. Samtidigt som människan kan bäva inför mörkret som utgör det okända så finns det även en lockelse i det som fascinerar henne. Genom att uthärda och vara i det ontologiska mörkret (om så bara för ett ögonblick) kan ett litet hopp födas inom människan om att det finns möjlighet att nå framåt på vägen (trots att det för närvarande är väldigt mörkt).

³⁶³ Med *sanning* avses här människans förståelse av livets villkor, hennes existentiella villkor i förhållande till livet, dvs. att hon är ärlig inför sig själv och den hon i grunden är.

Tillägnelse av kraftkällan går genom en skapande akt där människan stillar sig i äkta närvaro inför det heligas tilltal som hon förnimmar genom olika upplevelser av skönhet. Tillägnelse av kraftkällan handlar ytterst om att människan erfar en universell men samtidigt personlig upplevelse av att vara mottagen i gemenskap³⁶⁴ som skänker glädje och nytt hopp om kärlek, och som gör att den ontologiska ensamhetskänslan inte skymmer siktet. Kraftkällan uppenbarar sig för den som tror, hoppas och älskar. Kärleken till nästan synliggör och uppenbarar och utgör vägen till kraft. Bevarandet av en ödmjuk grundhållning utgör grundförutsättning för kontinuerlig tillägnelse av styrka ur kraftkällan. Men kärleken finns inte om den inte konkretiseras i gärningar. Kraftkällan förutsätter därmed sagt en aktiv hållning från människan. Kraftkällan sänder ut lockrop till människan genom de heliga tingen, men hon förutsätts själv vilja ta emot dem och tro och hoppas på kraften. Människan får inte bli kvar i litenheten, och uppleva att hon ingenting har att komma med inför livets storhet. Hon förutsätts själv vilja välja livet, kraftkällan. Genom att låta sig upplysas av kraftkällans tro, hopp och kärlek, den abstrakta andra, får hon kraft att aktivt göra goda gärningar där hennes mänsklighet odlas. Genom att älska nästan får människan kraft som föder en längtan efter att på nytt och på nytt komma nära kraftkällans sfär. Människan kan inte håglöst invänta att kraften från källan ska infinna sig bara för att hon är lidande och behövande utan att hon själv anstränger sig för att göra någonting. Tillträdet till kraftkällan är människan ontologiskt givet tack vare hennes existens. Kraftkällans uppmaning är dock att människan aktivt ska eftersträva sitt mänskliga väsen, nämligen att älska nästan, för att hon ska kunna tillägna sig kraften från källan.

Men vem vänder vindarna
vem får mej att gå
dit jag aldrig gått
vem tänder stjärnorna
som bara jag ser i dina ögon
vem vänder vindarna
och för mej dit
min tanke aldrig nått.

Eva Dahlgren

³⁶⁴ Här avses en universell gemenskap, dvs. allomfattande gemenskap i abstrakt mening.

8 KIERKEGAARDS BIDRAG – HÄLSANS SUBSTANS – KÄRLEKEN

Det gäller att leva i evigheten
och ändå höra golvklockan slå.

Søren Kierkegaard

Avsikten med detta kapitel är att skapa insyn i hälsans substans, kärleken. Kapitlet presenterar resultatet ur studien som är baserad på Kierkegaards verk *Kärlekens gerningar* (1847). Min tolkning av Kierkegaard visar på hälsans mångfald, kraftkällans dynamiska väsen och den motsägelsefulla vägen till den. Presentationen av resultatet följer tanken om helhet – del – helhet, på så vis att först presenteras i detta kapitel en sammanfattning av resultatet ur studien, därefter redovisas i kommande kapitel tolkningen av Kierkegaards verk och slutligen konklusionen av tolkningen i form av olika teser (se kap. 11). Helhetsförståelsen av min förförståelse sammanfogas i presentationen av de nybildade teserna, för att se hur förståelsen lever och vidgas genom varje studie.

Konklusion av förståelsen utifrån min tolkning av Kierkegaards verk lyder:

Kärleken (den abstrakta andra) är alltings ursprung, utgör människans väsen, är livets kärna och samtidigt människans kraftkälla. Kärleken är grundad i människan av den abstrakta andra. Kärleken är fördold i den abstrakta andra och gåtfull, eftersom den har evighetens band inom sig, vilket innebär det att kärleken alltid finns som möjlighet hos människan. Den som älskar kan inte avsäga sig kärleken. Kraftkällans krav är att människan älskar den abstrakta andra innan hon kan älska sig själv eller sin nästa. Kärleken till den abstrakta andra framstår därmed som den främsta kärleken, och sann kärlek leder därför till den abstrakta andra men har samtidigt sin grund i hen.

Kärleken är länken mellan det timliga och det eviga och synliggörs genom människans goda gärningar. Spår av det eviga kan därmed anas genom kärlekens verk (människans gärningar utförda i kärlek). Kraftkällan skänker människan mål och mening som skapar rörelse i hennes *vardande i hälsa*. Den har kraft att göra människan ödmjuk och forma henne så att hon når ett etiskt uppvaknande inför

livets storhet. I denna ödmjukhet blir hon varse om att allting har sin grund i den abstrakta andra och att evigheten kan förse henne med en oändlig frihet och frid. Tillägnelse av kraftkällan kräver ett offrande, och uppfordran är att människan ska älska nästan. Men kärleken fullbordas genom handling och kan således fullföljas och förverkligas när människan stillar sig inför kraftkällan och utför goda handlingar. Utan konkreta handlingar kan hon inte säga sig älska. De goda handlingarnas syfte förutsätts därför ha den abstrakta andra både som utgångspunkt och mål. Det eviga kan anas genom kärlekens verk, verkställda av människan som därmed kan sägas vara kärleken personifierad när hon älskar.

Kraftkällan bjuder människan kraft genom dygdena tro, hopp och kärlek. Att hoppas innebär att tro på det goda. Däremot skapar tron på och hoppet om det man i tanken förlitar sig på tillvaro. Att kvarhålla trons hemlighet inom sig kan innebära att människan bevarar och bär på en outtömlig kraft. Att hoppas och tro på kärlekens kraft innebär en tröst för människan, eftersom kärleken alltid består (tack vare evighetens band), och hoppet om detta alltid är bestående även om allt annat förgår (t.ex. när människan genomgår ett svårt lidande). När människan hoppas och tror kan kärleken vara verksam. Kärleken till nästan är den största trösten och det lyckligaste för människan. Att ha kärlek är att förutsätta kärlek, och att uppbygga nästan genom kärlek (att alltid förutsätta kärlek hos en människa oberoende av omständigheterna). Döden kan i det timliga öppna för förståelse av livets väsen och evighetsdimensionen. Försoningens väg innebär tro på livet och kärlekens kraft, och att se att livet i sig har ett djupt värde och är vackert oberoende av yttre betingelser. Det största är att tro på kärleken och älska livet samt nästan. När människan bortser från det timliga möjliggörs ett inseende i evighetens värde. Kärleken har en djupare dignitet än tro och hopp, men de är alltid samtidigt närvarande eftersom de är varandras förutsättning. När människan erinrar sig om sin inre längtan skapas en rörelse i riktning mot källan. Hon längtar naturligt efter att få förenas med källan, då kärleken utgör hennes mänskliga väsen. Genom att förutsätta att kärleken finns till i grunden hos allt kan ödmjukheten bli en väg till hälsa som förstärks och genom tro och hopp på kärlekens kraft föds ett behov att ständigt återvända till kraftkällan för att be om ny kraft. Vägen till hälsa går därmed genom insikten om livets beskaffenhet och vissheten om kärleken som evighetsdimensionen bjuder. Hoppet och tron på kärleken som alltid funnits och förblir kvar utgör en urkraft inom människan som

tack vare evighetsdimensionen (det oändliga) aktiverar kraften som gör henne mänsklig och ödmjuk. Kraftkällan, den abstrakta andra, är paradoxalt nog både vägvisaren, vägen till kraft (kärleken) och kraften (kärleken) själv.

8.1 Kärleken – alltings ursprung och kraftkälla

Kierkegaard förundrar sig över kärlekens ursprung, dess form och väsen och han menar att den utgör en fördold källa i människans innersta, utifrån vilken själva livet härstammar. Samtidigt som Kierkegaard skriver om källans fördoldhet, nämner han dess outgrundlighet och motsägelsefullhet³⁶⁵. Enligt min tolkning gynnas människan av att låta källan vila i sin fördoldhet, i stället för att försöka utröna den. Författaren (1847, 5) skriver att kärleken utgår från människans innersta varifrån kärlekens liv har sitt ursprung och att hjärtat har sin härkomst från själva livet:

Hvarifrån kommer kärleken, hvarifrån har han sin upprinnelse och sin källa, hvar är det ställe, som är hans tillhåll, från hvilket han går ut? Jo, detta ställe är fördoldt eller i det fördolda. Det finnes någonstädes i en menniskas innersta; från detta ställe utgår kärlekens lif, ty ”från hjertat utgår lifvet”.

Min tolkning av ovanstående är att livet utgår från hjärtat, vilket antyder att det är kärleken som ligger i grunden till allt i livet, och därmed är det även kärleken som utgör urkällan till kraft. Källan finns utifrån min tolkning i människans innersta, och genom att tränga in i det rum där hon har sin kraftkälla har hon möjlighet att tillägna sig kraft för att varda i hälsa. När människan blir varse om källan och når en djupare förståelse av livet självt och dess väsen kan hon färdas i riktning mot källan. Den här källan har ett förbund till själva tron och livet, samt till den abstrakta andra, skriver Kierkegaard (1847, 6):

³⁶⁵ Kierkegaard (1847, 5) skriver: ”Men detta ställe kan du icke se; huru långt du än tränger in, drager upprinnelsen sig undan i det fjerran och fördolda; till och med när du inträngt som längst, är upprinnelsen ännu ett stycke längre in, alldeles som källans ursprung, hvilket är längre borta, just när du är det som närmast. Från detta ställe utgår kärleken på mångfaldiga vägar; men på ingen af dessa vägar kan du tränga in i hans dolda upprinnelse. Likasom Gud bor i ett ljus, från hvilket enhvar stråle går ut, som upplyser verlden, medan likväl ingen på dessa vägar kan tränga in efter för att se Gud, och ljusets vägar förvandla sig till mörker, när man vänder sig mot ljuset, likaså bor kärleken i det fördolda eller fördold i det innersta.”

Likasom den lugna sjön har sin djupa grund i de dolda källsprång, hvilka icke något öga såg, likaså har människans kärlek sin grund ännu djupare, i Guds kärlek. Om icke något källsprång finnes i botten, om Gud icke vore kärlek, så finnes icke den lugna sjön, icke heller en människas kärlek. Likasom den lugna sjön har sin mörka grund i det djupa källsprånget, likaså har en människas kärlek gåtfullt sin grund i Gud.

Kierkegaard (1847, 5) betonar att kärleken endast kan igenkännas på sina frukter eftersom "kärleken sjelf uti viss mening är i det fördolda". Författaren (1847, 5) fortsätter: "Hvarje lif, sålunda också kärlekens, är fördoldt såsom sådant, men uppenbart i ett annat. Växtens lif är fördoldt, frukten är uppenbarelsen...". Kierkegaard (1847, 8/andra serien) skriver: "Det är just kärleken; kärleken är upphovet till allt, och andeligen förstådd är kärleken det andeliga lifvets djupaste grund."³⁶⁶

Min tolkning av ovanstående citat är att det är den abstrakta andra som är kärleken, kraftkällan. I varje liv finns alltid något som är synligt, och gällande människan är det givetvis människan själv och hennes gärningar, men det som är det verksamma hos henne finns till i det fördolda, vilket i detta fall tolkas vara kärleken. Min tolkning är att det är kärleken som utgör den fundamentala drivkraften för människan. Vidare skriver Kierkegaard (1847, 6): "Kärlekens fördolda lif är i det innersta, outgrundligt, och står der återigen i ett outgrundligt sammanhang med hela tillvarelsen." Livet står alltså i omedelbart förbund till källan (kärleken) och därmed enligt min tolkning står även hälsa i direkt närhet till kärleken.

När människan förstår källans väsen och kraft med själva livet som utgångspunkt öppnas möjligheter för henne att överhuvudtaget förstå. Det blir därmed väsentligt att känna livet och dess villkor för att med hjälp av den förståelsen kunna omfatta glimtar av källans och kärlekens väsen. Men kraftkällan har en outgrundlighet liksom hela livet, vilket enligt min tolkning innebär att när människan värnar om att bevara detta som en helig hemlighet kan hon tillägna sig kraft. När människan således uppfattar livets helighet och i detta erfar kärleken som ligger i grunden för allting förmår hon älska, varpå hon uppfattar kraftkällan

³⁶⁶ Kierkegaard (1847, 9/andra serien) skriver: "Det är Gud, Skaparen, som måste nedlägga kärlek hos hvarje menniska, han, som sjelf är kärlek."

och har möjlighet att tillägna sig kraft ur den. Kärleken utgör därmed sagt både vägen till källan och källan i sig. Det är den abstrakta andras heliga närvaro som träder fram när människan älskar, och hennes kärlek hjälper så att säga fram ny kraft ur källan.

Kierkegaard skriver att oändlighet kännetecknar kärlekens element. Han skriver att kärleken är grunden till allt och är det som därmed finns till före allt annat, och det som förblir när allt annat är förbi. Kierkegaard (1847, 170) menar att kärleken är människans väsen: "Så djupt är kärleken grundad i människans väsen, så väsendtligen tillhör han människan". Min tolkning av detta är att när människan har kontakt med sitt inre, det djupt mänskliga som finns i kraftkällan, så är hon sig själv fullt ut och accepterar alla sidor hos sig själv som gör att hon utstrålar kärlek.

8.2 Källans fördoldhet utgör en kraft

Kraftkällans fördoldhet besitter en outtömlig kraft som kan ge människan bestående frid. Kraftkällan, kärleken är inte mystisk, den är bara fördold. Kierkegaard (1847, 5–6) skriver om källans ursprung och form och dess tillägnan förutsätter att människan visar vördnad inför dess hemlighet³⁶⁷. Kierkegaard (1847, 6) skriver: "...i stället att glädjas öfver kärleken i hans uppenbarelser, vill förskaffa sig glädje genom att utgrunda honom, d. v. s. genom att rubbande och störande inverka på honom." Min tolkning är att människan inte bör försöka sig på att utröna källans ursprung eller lösa gåtan, då det rubbar dess väsen som är verksamt i det fördolda, men glädjas över dess existens (kärleken) genom att tro och hoppas på den, uppleva glädje som ger kraft.

³⁶⁷ Kierkegaard (1847, 5–6): "Likasom källan bölja med sitt lekande öfvertalande sorl lockar, ja, nästan beder menniskan att gå *den* vägen och icke vilja nyfiket tränga in för att finna hennes ursprung och göra hennes hemlighet uppenbar; - likasom solens stråle inbjuder menniskan att med hjälp betrakta världens härlighet, men varnande med blindhet straffar den förmätne, när han vill vända sig om för att nyfiket och fräckt uppdaga ljusets upprinnelse; - likasom tron vinkande erbjuder sig att vara människans ledsagare på livets väg, men förstenar den fräcke, som vänder sig om för att fräckt begripa, - likaså är det kärlekens önskan och bön, att hans förborgade upphof och hans dolda lif i det innersta måtte förblifva en hemlighet, att ingen måtte nyfiket och fräckt tränga störande in för att se, hvad han likväl icke kan se, ehuru han genom sin nyfikenhet kan förspilla glädjen och välsignelsen deraf."

Utifrån Kierkegaard kan således tolkas att människans kärlek har sin grund fördold i den abstrakta andra och hens kärlek och därför är källan gåtfull. Kierkegaard (1847, 13) skriver vidare om kärleken såhär: ”Det första, ...[...]... var, att man måste tro på kärlek, eljest märker man alldeles icke, att han är till; ...[...]... tro på kärlek! Detta är det första och sista, som finnes att säga om kärlek, när man skall känna honom...”

En människa som ska försöka förstå eller lindra sitt lidande genom kraftkällans perspektiv gynnas av att hon som utgångspunkt har med sig sin förståelse av det egna livet. Genom att människan kommer underfund med att livet är en gåta men att det ändå *är* och nöjer sig med att inte veta utan i stället tro och hoppas på livets dyrbarhet förmår hon leva ärligt och utan ängsla och oro.³⁶⁸ När utgångspunkten för människan omfattar själva livet har hon möjlighet att förstå något av det lidande hon bär på och så småningom nå fram till en försoning. Människan kan genom att tro på att kärleken blir kvar när allt annat förgår uppleva hopp oberoende av livets yttre omständigheter. Tro och hopp är enligt min tolkning av Kierkegaard förutsättning för att uppleva kärlekens helande kraft. Genom att hon genomlever livet trots dess olika omständigheter, både hälsa och lidande³⁶⁹, ges möjlighet för inseende i kraftkällan som en potentiell källa att tillägna sig kraft ur. När människan tror på kärleken, trots att hon varken kan bevisa den (Kierkegaard omtalar att källan icke kan besjungas), påvisa eller röja dess hemvist kan hennes utgångspunkt genom tro och hopp på livet och kärlekens kraft möjliggöra en väg där hon kan varda i hälsa, trots lidande. Författaren menar, enligt tolkningen, att kärleken förutsätter tro och att det är en etisk uppmaning (plikt) för människan att tro på kärlek³⁷⁰.

³⁶⁸ Kierkegaard (1847, 4) lyfter fram: ”Ty det, som skalden skall besjunga, måste hafva det vemod, som är gåtan i hans eget lif, - det måste blomma – ack! och måste förgås. Men den Christliga kärleken förblifver, och just derföre *är* han; ty det, som förgås, det blommar, och det, som blommar, det förgås; men det som är, kan icke besjungas, - det måste tros och det måste lefvas.”

³⁶⁹ Kierkegaard (1847, 3) skriver: ”...frälsningen skulle bestå just deri, att han på allvar begynt sörja öfver sig sjelf!” Min tolkning är att då människan förlåter sig själv, dvs. accepterar sig själv på både gott och ont, kan en försoning nås och lidandet lindras. Människan kan få kraft att förlåta sig själv då hon välkomnar och emottar evighetens bestånd i sitt liv.

³⁷⁰ Kierkegaard (1847, 18) skriver utifrån Bibeln: ”cu skall älska Herran din Gud af allt ditt hjerta och all din själ och all din hog”. Kierkegaard (1847, 32) tar upp plikten: ”blott när det är pligt att älska, blott då är kärleken evigt betryggad. Denna evighetens trygghet jagar bort all ångest och gör kärleken fullkomlig, fullkomligt betryggad.” Jag tolkar här att evigheten som finns i kärleken aldrig förgår och därmed har evig/oändlig kraft att lindra människans lidande.

8.3 Kraftkällan bär evighetens drag

Kraftkällan bär evighetens drag och är därför outtömlig på kraft. Källan har evigheten i sig och är därmed evig.³⁷¹ Kierkegaard (1847, 4) skriver även följande om evigheten:

Men hvarje träd kännes på sin egen frukt, sålunda också kärleken på hans egen, och den kärlek, hvarom Christendomen talar, på hans egen frukt: att deruti bor evighetens sundhet.

Min tolkning utifrån ovanstående citat är att den sanna kärleken bär evigheten inom sig. När kärleken är knuten till evigheten kan den bära frukt. Kierkegaard skriver att all annan kärlek är förgänglig men att denna kristliga form av kärlek är evig. Evighetens band finns inom kärleken och därför är den evig. Kierkegaard (1847, 2) skriver: "...i evigheten kan hon icke undvara kärlek...". Jag tolkar utifrån ovanstående citat att evigheten och kärleken hör samman och att människan som är i kontakt med det eviga utandas kärlek naturligt. Kärleken är länken som förbinder det timliga och evigheten. Kierkegaard (1847, 2–3) skriver:

Hvad är det nämligen, som sammanbinder det timliga och evigheten, hvad är det annat än kärleken, som just derföre är till före allt och förblifver, när allt är förbi? Men just för det kärleken sålunda är evighetens band, och just för det det timliga och evigheten äro olika till art, derföre kan kärleken för det timligas jordiska klokskap förefalla som en börda, och derföre kan det i det timliga för den sinnlige förefalla som en den största lättnad att kasta ifrån sig detta evighetens band.

8.4 Människans inre längtan efter kraftkällan skapar rörelse mot den

Evigheten skapar en rörelse inom människan där hennes längtan efter det eviga lockar henne framåt om hon väljer att tro och hoppas. Sådär skriver Kierkegaard (1847, 49/andra serien):

³⁷¹ Kierkegaard (1847, 6) menar: "Sålunda är kärlekens lif fördoldt; men hans fördolda lif är i sig sjelft rörelse och bär evigheten uti sig."

Evigheten är genom det möjliga beständigt nog *nära*, för att vara till hands, och likväl nog *fjerran*, för att hålla människan i rörelse framåt mot det eviga, i gående, i framåtgående. Sålunda lockar och drager evigheten en människa, i möjligheten, från vaggan till grafven, i fall hon väljer att hoppas.

Enligt tolkningen av Kierkegaards uttalande om källans väsen så finns det en rörelse i den, oberoende av hur stilla och lugnt den än är till i sitt evinnerliga väsen³⁷². Den här rörelsen kunde tolkas vara människans eget agerande, dvs. att hon själv vill tro, hoppas och därmed frivilligt vill vara i rörelse mot hälsa samt följa sin inre längtans röst. Denna inre längtan hos människan har en ontologisk dragning mot källan, vilket enligt min tolkning antyder att hon själv genom olika handlingar förutsätts vara verksam och agera för att få kraft att varda i hälsa. Utan involvering av människans egen vilja sker ingen rörelse mot källan. Det saknas en rörelse mot källan eftersom hon saknar tro och hopp på den. Utan tro och hopp sker ingen utveckling, hon förmår inte få kraft att varda i hälsa.

Människans inre längtan efter kraftkällan skapar en rörelse hos henne som gör att hon söker sig mot den. Kierkegaard (1847, 7) skriver: "...det är ett behof hos kärleken att kunna kännas på frukterna". Författaren menar således att kärlek kan visas bara genom gärningar, och han framhäver (1847, 10): "Allt beror på, huruledes gerningen göres". Kierkegaard (1847, 10) omtalar gärningar som benämns kärleksverk och använder begreppet "kärleksgärningar". Människan har utifrån min tolkning av Kierkegaards text naturligt en inneboende längtan efter den abstrakta andra. Hennes önskan är att få utöva sitt ämbete och verka i kärlek. Då är människan i verklig kontakt med det heliga, och genom den abstrakta andra upplever hon frid. Här tolkas att den inre längtan driver människan att handla i enlighet med det goda som utandas evigheten. När människan inte handlar enligt sin inre längtan skapas oro som driver henne längre bort från kärnan och sitt jag. Människan kan av olika omständigheter i livet hindras från medvetenheten om sin inre längtan och då drivs hon av yttre omständigheter som gör henne olycklig. Det bästa och lyckligaste för människan är när hon styrs utifrån sin egen kärna. Denna

³⁷² Kierkegaard (1847, 6–7) "Likasom den lugna sjön, huru lugn han ligger, likväl egentligen är rinnande vatten – källsprånget finnes ju i grunden, - likaså är kärleken, huru stilla lugn han än är i sitt förborgade djup, ändock alltid i rörelse. Men den lugna sjön kan torka ut, när källsprånget en gång stadnar; kärlekens lif har deremot ett evinnerligt källsprång. Detta lif är friskt och evigt..."

tolkning befästs genom följande citat av Kierkegaard (1847, 7): "...detta är den frommes högsta och sanna rikedom, att han har behov av Gud".

8.5 Tillägnelse av kraftkällan kräver att människan offrar

Kraftkällans tillägnande förutsätter att människan offrar inför någonting större – inför den hägring som är större än henne själv – kraftkällan – på så vis att hon låter kärleken till nästan träda i förgrunden³⁷³. Det finns en uppfordran att människan ska stilla sig inför den och älska nästan. Kierkegaard (1847, 137/andra serien) skriver om möjligheten att nå evigheten genom stillhet och tystnad såhär: "Men skall du förstå dig på det eviga, så måste det vara tyst omkring dig, medan du helt och hållet samlar din uppmärksamhet på det invärtes." Han uttrycker sig även såhär (1847, 198/andra serien): "I ensamheten bor echo" och (1847, 199/andra serien): "det sinnliga örat är alltför mycket lomhördt för att kunna skönja evighetens echo". Min tolkning är att människan kan förnimma evighetens klang genom att stilla sig och rikta sökarljuset inåt kraftkällan för att få kraft.

Kärleken till den abstrakta andra är i det främsta ledet gällande kärleken till nästan
Även om Kierkegaard skriver att människan gynnas av att överge den jordiska kärlekens självkärlek innebär det ingalunda enligt min tolkning att hon ska sluta älska sig själv och enbart tänka på sin medmänniska. Om hon inte bejakar sig själv kan hon inte heller älska nästan. Att älska nästan innebär det motsatta, nämligen att hon verkligen älskar sig själv och kraftkällan eller kärleken, men att hon alltid tar utgångspunkten i kraftkällan – just för att få kraft att älska nästan – och även när hon älskar nästan återvänder hon alltid tillbaka till den abstrakta andra, urkällan till kraft.³⁷⁴

Den sanna kärleken är således knuten till det goda eller till den abstrakta andra. Egocentrering förhindrar kontakten med kraftkällan. Den sanna kärleken beskrivs

³⁷³ Kierkegaard (1847, 4) skriver att "kärlekens uppgift och kraf är att förneka sig sjelf och öfvergifva denna den jordiska kärlekens sjelfkärlek".

³⁷⁴ Kierkegaard skriver (1847, 188/andra serien) att "kärleksbudet är det gamla budet, som alltid blir nytt". Vidare menar författaren (1847, 189/andra serien) att "kärleksbudet blir nytt intill den sista dagen".

som gränslös och god³⁷⁵. Även om Kierkegaard ger uppmaningen att människan ska älska nästan, genom plikten som är det ordval han använder, är min tolkning att människan genom att förutsätta att kärleken finns till i grunden förmår hon offra sig inför kraftkällan. Offrandet innebär att människan intar evighetens perspektiv. Människan upplever inte att detta offrande skulle vara en plikt, eftersom hon när hon agerar utifrån sitt hjärta och kärleken till nästan. Detta perspektiv gör att hon inte ser något annat val än att älska och utföra goda gärningar. Hon upplever det inte som betungande utan snarare som befriande att genom att älska få ge kärlek, och samtidigt även därmed själv få uppleva kraftkällan.

Kierkegaard (1847, 115) hävdar utifrån den kristna tron att "kärleken är ett förhållande mellan: människa – Gud – människa, d. ä. att Gud är mellanbestämningen". Författaren (1847, 121) skriver även:

...ingen kärlek och ingen yttring af kärlek får verdsligt och blott menskligt dragas undan förhållandet till Gud. Kärlek är en känslas lidelse; men i denna känsla skall dock människan först, till och med innan hon förhåller sig till kärlekens föremål, förhålla sig till Gud och derigenom lära fordringen, att Kärleken är Lagens fullbordan.

Enligt ovanstående citat tolkas att människan som älskar den abstrakta andra och därigenom sig själv skapar möjligheter för kärlek till en annan människa. Kierkegaard (1847, 122) förtydligar sig såhär: "det är Gud, som skall lära hvar enskild, huru han skall älska". Min tolkning utifrån citatet är att det är den abstrakta andra som är vägen, vägvisaren och kärleken själv. I detta fall tolkas kärleken vara målet och lyckan för människan. Vidare skriver Kierkegaard (1847, 122): "Den kärlek, som icke leder till Gud, den kärlek, som icke har detta endaste

³⁷⁵ Kierkegaard (1847, 34–35): "Den sanna kärleken, som undergick evighetens förändring genom att bli pligt, förändras aldrig; han är enfaldig, han älskar – och hatar aldrig, hatar aldrig – den älskade. Det kunde synas, som vore den omedelbara kärleken den starkare, för det han kan göra begge delarna, för det han kan både älska och hata; det kunde synas, som hade han helt annan magt öfver sitt föremål, när han säger: "vill du icke älska mig, så vill jag hata dig"; men detta är blott en illusion. Ty kan väl förändring vara en starkare magt än oföränderlighet, och hvem är den starkare, den, som säger: "vill du icke älska mig, så vill jag hata dig", eller den, som säger: vill du hata mig, så vill jag dock fortfarande att älska dig"? Ja, visst är det förfärande och förfärligt, att kärlek förändras till hat; men för hvem är det egentligen förfärligt, om icke för den personen sjelf, hvilken det hände, att hans kärlek förändrades till hat".

mål, att leda de älskande till att älska Gud, han stadnar vid det blott menskliga bedömandet af hvad kärlek och hvad kärleks uppoffring och hängifvenhet är”. Min tolkning är att äkta kärlek förutsätts ha sin grund i den abstrakta andra, eftersom den kärleken är fullständigt fri från själviskhet. Författaren lyfter även fram följande (1847, 124): ”det Christliga är: att i sanning älska sig sjelf, är att älska Gud; att i sanning älska en annan människa, är att med hvarje uppoffring (också den att sjelf bli hatad) hjälpa den andra människan till att älska Gud eller i att älska Gud.” Kierkegaard (1847, 130–131) menar att ”Guds-förhållandet är det märke, på hvilket kärleken till människor igenkännes som den äkta. Så snart ett kärleksförhållande icke förer mig till Gud, och så snart jag i kärleksförhållandet icke förer den andra människan till Gud, då är kärleken, vore han ock böjelsens högsta lycka och lust, vore han än för de älskande jordlifvets högsta goda, ändock icke någon sann kärlek.” Kierkegaard menar således att det rätta föremålet för kärleken är den abstrakta andra. Han skriver vidare (1847, 131) ”Till ett kärleksförhållande höra dessa tre: den älskande, den älskade, kärleken; men kärleken är Gud. Och att älska en annan människa är derföre att hjälpa henne till att älska Gud, och att vara älskad, det är att bli hjälpt.”³⁷⁶

Kraftkällans krav är att människan ser att kärleken är till i grunden

Kierkegaard (1847, 67) skriver att ”Gud är kärlek” och menar att det är hen som är verksam inom människan. Därmed kan tolkas att då den abstrakta andra eller kärleken är förankrad i människan och livets kärna är i centrum, dvs. kärleken till nästan, kan människan uppleva hälsa och välbefinnande. Hur kan man då motivera att lidandet lindras genom den abstrakta andra eller kärleken? Nedan finns ett citat av Kierkegaard som granskas närmare. Kierkegaard (1847, 69) skriver: ”Kärleken till nästan har nämligen evighetens fullkomligheter.” Enligt min tolkning av Kierkegaards texter har den tröst som härstammar från evigheten kraft

³⁷⁶ Kierkegaard hänvisar till Aposteln Johannes och skriver (1847, 173) såhär: ”Om någon säger: jag älskar Gud, och hatar sin broder, han är en lögnare, ty den, som icke älskar sin broder, hvilken han hafver sett, huru kan han älska Gud, hvilken han icke hafver sett?” Utifrån Kierkegaard kan man därmed tolkas att kärleken alltid förutsätter den abstrakta andra, man kan ej skilja kärleken från honom. Kierkegaard motiverar detta ytterligare i följande citat: (1847, 174): ”Människan skall begynna med att älska den osynlige, Gud, ty härigenom skall hon sjelf lära hvad det är att älska; men det, att hon verkligen älskar den osynlige, skall just igenkännas derpå, att hon älskar den broder, hvilken hon ser; ju mer hon älskar den osynlige, desto mer skall hon älska de människor, hvilka hon ser.”

att lindra lidande³⁷⁷, eftersom denna typ av tröst är äldre än all annan tröst som är av timlig karaktär och därmed bara till för stunden³⁷⁸. Min tolkning av ovanstående är att kärleken till nästan har kraft att ge en äkta, djupgående och bestående lindring i ett lidande.

Kierkegaard nämner att kärlekens uppgift är att älska den människa man ser³⁷⁹, och författaren (1847, 189–190) beskriver den sanna kärleken i följande citat:

...att christligt stiga ned från himmelen, är att gränslöst älska den menniska, som du ser, sådan som du ser henne. Om du derföre vill varda fullkommen i kärlek, så sträfv till att uppfylla den pligten att uti att älska den menniska, som du ser, att älska henne så, som du ser henne, med alla hennes ofullkomligheter och svagheter, älska henne som du ser henne, när hon helt och hållet har förändrat sig, när hon icke mer älskar dig, utan må hända likgiltigt vänder sig bort – eller vänder sig bort för att älska en annan, att älska henne som du ser henne, när hon förräder och förnekar dig.

Enligt min tolkning av Kierkegaards texter innehar varje människa en unikhet som förutsätter respekt och således ska detta värdesätts genom att älska henne sådan hon är eftersom det unika hos envar är nedlagt av den abstrakta andra och därmed av helig art³⁸⁰. Han skriver (1847, 70/andra serien): ”blott den sanna kärleken älskar hvarje menniska efter hennes egendomlighet. *Den stränga herrsklystna*, han saknar böjlighet, och han saknar förmåga att uppfatta andra; han fordrar sitt eget af en hvar, han vill, att en hvar skall omskapas i hans form”.³⁸¹

³⁷⁷ Jfr Roxberg (2005) tröstande tröst.

³⁷⁸ Kierkegaard (1847, 68): ”Men den Christliga trösten kan aldrig sägas komma efteråt, ty eftersom den är evighetens tröst, är den äldre än all timlig glädje; så snart denna tröst kommer, kommer den med evighetens förspång och så till sägandes uppslukar smärtan, ty smärtan och glädjens förlust äro det ögonblickliga”. Kierkegaard (1847, 188/andra serien): ”Budet är, att du *skall* älska, o; men när du vill förstå dig sjelf och lifvet, då är det ju, som skulle det icke behöfva att befallas; ty det att älska människorna är dock det enda, för hvilket det är värdt att lefva, utan denna kärlek lefver du egentligen icke; och det att älska människorna är derjemte den enda saliga trösten, både här och i ett annat lif”.

³⁷⁹ Kierkegaard (1847, 188) skriver: ”Christi kärlek var gränslös, som kärleken måste vara, när detta skall fullkomnas: att, uti att älska, älska den menniska, som man ser.”

³⁸⁰ Kierkegaard (1847, 71/andra serien): ”ty egendomligheten är icke mitt, utan är Guds gåfva, genom hvilken han gifver mig att vara, och han gifver ju alla, och gifver alla att vara.”

³⁸¹ Kierkegaard (1847, 78/andra serien) tar upp: ”Den, som har kärleken, har förstått, att det i sanning är den största, den endaste välgörning, som en menniska kan göra mot en annan, att hjälpa henne till att stå sjelfständigt, till att bli sig sjelf, bli sin egen”. Han skriver även: (1847,

8.6 Kärleken fullbordas genom handling

Mina barn, man kan inte älska bara med vackra ord, sann kärlek visas i praktisk handling.

Bibeln, 1 Joh. 3:18

Kärleken till nästan förverkligas eller fullföljs genom goda handlingar. Enligt min tolkning av Kierkegaard³⁸² har människan möjlighet att bli kärleken personifierad (en avbild av kärleken) och gestalta den genom sina goda handlingar eller gärningar, och då verkar hon samtidigt som en förenande länk mellan det timliga och det eviga. Evigheten kan igenkännas via kärlekens handlingar (gärningar), och tolkas enligt Kierkegaards (1847, 3) skrift, där han hänvisar till Bibeln och Matt. 7:16: "Ty hvart träd kännes på sin egen frukt." Min tolkning är att kärleken igenkänns på sin egen frukt och att kärlekens frukt är människan genom de goda gärningar hon utför. Kierkegaard betonar att kärleken har behov av att visa sig genom handlingar i det timliga och jordiska. Människans innersta begär handlar därmed om längtan efter den abstrakta andra och hennes behov av att älska, och utöva sin kärlek.

Enligt Kierkegaard innebär kärlek att uppbygga någonting genom att tjäna den andra³⁸³. Kärleken ska älskas fram, genom att först förutsätta att den ligger i grunden till allt, och på så vis älska fram den hos den andra, inte genom att härska över hen, utan genom att bygga upp någonting och stödja den andra i en tjänande anda.³⁸⁴ Den som har kärleken, arbetar stilla och högtidligt men samtidigt är

78/andra serien): "ty den, som har kärleken, har förstått, att väsendtligen står dock hvarje menniska sjelfständig – genom Guds hjælp".

³⁸² Kierkegaard (1847, 4) menar: "Men hvarje träd kännes på sin egen frukt, sålunda också kärleken på hans egen, och den kärlek...[...]... på hans egen frukt: att deruti bor evighetens sundhet."

³⁸³ Kierkegaard (1847, 16/andra serien) skriver: "Om någonsin någon menniska till dig talat så eller mot dig handlat så, att du kände dig rätteligen uppbyggd deraf, så var det derföre, att du riktigt lefvande förnam, huruledes hon förutsatte, att kärleken fanns hos dig." Vidare skriver Kierkegaard (1847, 16/andra serien): "Kärlek är att förutsätta kärlek; att hafva kärlek är att förutsätta kärlek hos andra; att vara älskande är att förutsätta, det andra äro älskande."

³⁸⁴ Kierkegaard (1847, 10/andra serien) lyfter fram: "...men den, som har kärlek, och som uppbygger, han har blott ett sätt att gå till väga, att förutsätta kärleken; hvad som ytterligare är att göra, kan beständigt blott vara att beständigt tvinga sig till att förutsätta kärleken. På detta sätt

evighetens krafter i rörelse. Kärleken gör sig ödmjukt obemärkt precis som när han arbetar som mest.³⁸⁵ Min tolkning utifrån Kierkegaard är att det att förutsätta kärlek i allt, att tro och hoppas på kärleken är dess eget krav, som då det uppfylls, öppnar kraftkällans dörr för människan. När människan tror på kärleken och får tillgång till kraftkällan förutsätter hon att kärleken ligger i grunden i allt. Hon verkar då i anspråkslös stillhet för det goda, utan krav på beröm eller egen vinning, hon tar emot kraftkällan också genom att stilla sig inför alltet men samtidigt är evighetens krafter i rörelse eftersom hon handlar genom kärlekens kraft. Människan äger en ödmjukhet som gör henne lycklig, tillfreds och nöjd med livet. Människan kan uppbygga sig själv (och sin hälsa) och hjälpa att uppbygga nästan genom kärlekens kraft. Denna kraft innebär att människan genom det eviga ljuset från den abstrakta andra förutsätter att kärleken ligger till i grunden hos alla människor och därmed betraktar alla människor likvärdiga. Kierkegaard skriver (1847, 12/andra serien) om detta att: "Kärleken uppbygger genom att förutsätta". Min tolkning är således att tro och hopp är grundförutsättningar för att kärleken från kraftkällan ska verka genom att bli en enhet inom människan.

Enligt Kierkegaard³⁸⁶ kan man inte bli utan kärleken om man redan har den, för om man blir utan den så innebär det att man egentligen inte hade den i första hand. Vidare skriver Kierkegaard: (1847, 117/andra serien): "Men kärleken bliver, -- han faller aldrig af. Ty uti den andliga kärleken sjelf är den springkälla, som rinner upp till evigt lif". Utifrån detta tolkas att kärleken utgör den kraftkälla som

lockar han fram det goda, han uppfostrar kärleken genom att älska, han uppbygger. Ty kärleken kan och vill behandlas blott på ett sätt, genom att älskas fram; att älska fram honom är att uppbygga. Men att älska fram kärleken är ju just att förutsätta, att kärleken är tillstädes i grunden. Det kan därför fresta menniskan att vara byggmästaren, att vara läraren, att vara tuktomästaren, emedan detta tycktes vara att herrska öfver andra; men det att bygga, såsom kärleken gör det, kan icke fresta, ty det är just att vara den tjenande; därför blott har kärleken lust till att uppbygga, eftersom han är villig till att tjena."

³⁸⁵ Kierkegaard (1847, 11/andra serien) skriver: "Byggnaden blir icke något minnesmärke af byggmästarens konst eller, som lärjungan, en erinring om lärarens undervisning; den, som har kärleken, har ju ingenting gjort, han har blott förutsatt, att kärleken var i grunden. Den som har kärleken, arbetar så stilla och så högtidligt, och likväl äro evighetens krafter i rörelse; ödmjukt gör kärleken sig obemärkt just när han arbetar som mest, ja, hans arbetande är som gjorde han platt intet."

³⁸⁶ Kierkegaard (1847, 107/andra serien): "Saken är den, att man icke kan upphöra att hafva kärlek; har man i sanning kärlek, så förblifver man dervid; upphör man att hafva honom, så hade man honom icke heller."; Kierkegaard (1847, 110/andra serien) skriver: "i detta förblifvande står den, som har kärleken, i förbund med det eviga".

tack vare förbundet med det eviga har oändliga krafter. När människan verkligt har tillägnat sig källan så försvinner den inte och den ödmjukhet den ger, men om kraftkällan försvinner så hade hon den inte verkligt från början heller.

8.7 Tro och hopp på kraftkällan ger kraft

Tro och hopp på kraftkällan, kärleken, innebär kraft som för människan framåt. Kierkegaard (1847, 51/andra serien) skriver: "Det är märkvärdigt nog och visar, huru djupt hoppet är grundadt hos en menniska, att man just hos menniskor, som stelnat i förtviflan, finner en öfvervägande benägenhet till att leka och skämta med möjligheten". Kierkegaard (1847, 27) lyfter fram tron och att den är och bör förbli en hemlighet:

...trons väsen är att vara en hemlighet, att vara för individen; om den icke af hvarje individ, till och med när han bekänner den, bevaras som en hemlighet, så tror han icke heller. Måne detta kan vara någon brist hos tron, att hon sålunda är och förblifver och skall vara en hemlighet?³⁸⁷

Utifrån min tolkning av Kierkegaards text utgör människans tro på det eviga en förutsättning för kärlekens kraft. Författaren (1847, 35) skriver: "Den kärlek deremot, som undergick evighetens förändring genom att bli pligt, han känner icke till svartsjukan; han älskar icke blott som han blir älskad, utan han älskar." Min tolkning av detta är att den människa som inte mottagit evighetens möjlighet i sitt hjärta inte heller äger en kärlek som är äkta och därmed osjälvisk. Hon säger sig kanske älska, men i själva verket förmår hon bara älska sig själv och för sin egen vinnings skull. Denna form av kärlek är en *egocentrisk självkärlek*. Människan älskar inte för att älska, utan "älskar" endast då hon själv får något i utbyte. När hennes kärlek inte får den näring som hon förväntat sig riskerar den här kärleken förvandlas till hat. Den människa däremot, som bär evigheten i sitt hjärta som en kärlekens möjlighet älskar för kärlekens skull. Den människa som har evigheten kan inte hata eftersom ödmjukheten gör att hon är kärleken personifierad och älskar – även de som föraktar eller hatar henne. Vidare skriver

³⁸⁷ Vidare skriver författaren (1847, 27): "Den hemlighetsfulla kärleken (i hvardaglig mening) kan vara en bild af tron; men att menniskan oförkränkt behåller tron fördold i sitt inre, det är lifvet." Kierkegaard (1847, 28) skriver: "Den hemligheten behöll hon för sig själf; det var trons hemlighet, som frälste henne både timligt och evigt." Jag tolkar här att det andliga eller tro kan utgöra en kraft.

Kierkegaard (1847, 39): ”Men den kærlighed, som undergik evigheds forandring gennem at bli pligt, og som elsker for at han *skall* elske, han er oberoende, han har lagen for sin tilværelse i selvfve kærligheds forholdende till det evige.”³⁸⁸ Jag tolkar detta som att det fordrar mer styrka av en människa att visa godhet och kärlek, medan ondska inte kräver samma kraftansträngning. Ödmjukheten är en dygd som människan som älskar inte bara kan utöva, hon har inget val, eftersom ödmjukheten i sig innebär att hon är god. Den människa däremot, som inte känner kärleken är inte heller förmögen att visa kärleksfull godhet eftersom hon inte har uppnått dygden ödmjukhet. Så länge människan inte har ödmjukheten upptas hon av det egocentriska och kan inte finna frid någonstans då yttre betingelser, det materiella, driver henne. Människan är så att säga inte sin egen utan ”förblindad” av det materiella (partikulära) i det timliga jordelivet som gör att hon inte ser längre än till de egna behoven. När hon ödmjukt medvetandegör sitt begär och sin naturliga längtan efter förening med den abstrakta andra och evigheten kan hon uppleva tro och hopp på den eviga kärleken som kan skänka kraft att varda i hälsa trots lidande.

I Kierkegaards texter framträder påståendet att människan kan utestänga sig själv från evighets dimension genom att leva i en villfarelse³⁸⁹. Detta innebär att människan inte inser sitt verkliga jag utan på så vis ”lurar sig själv” och lever utifrån yttre betingelser utan förankring i det djupt mänskliga. Människan har då inte kontakt med sitt innersta jag, sitt ethos, och hon utövar ej heller sitt mänskliga ämbete, dvs. att se livets egenvärde och leva för samt av den kärlek som har sitt ursprung i det eviga. Människan som lever enbart för och av yttre betingelser kan vara olycklig, eftersom hon är utestängd från det verkligt mänskliga inom sig som hon innerst inne längtar efter, och kontakten till det eviga (det andliga) är bruten, utifrån vilken källan till äkta kraft och liv finns. Den som lurar sig själv på detta vis

³⁸⁸ Kierkegaard (1847, 40–41) skriver: ”Men den, som svarer: ”då skall jag ändock fortfara att elske dig”, hans kærlighed er evigt frigjort i saligt oberoende. Han säger det icke stolt, - beroende af sin stolthed; nej, han säger det ödmjukt, ödmjukande sig under evigheds ”skall”, och just derfor er han oberoende. Blott når det er pligt at elske, blott då er kærligheden evigt lykkelig betrygget mod fortviflan.”

³⁸⁹ Kierkegaard (1847, 2) skriver: ”Till och med den, som hela livet igennem blev bedragen af livvet, han kan af evigheten undfå riklig ersættning derfor; men den selvfbedragne har forhindret sig sjelf från att vinna det evige. Den, som just gennem sin kærlighed blev et offer for menneskligt bedrægeri, hvad har han egentligen forlorat, då det i evigheten visar sig, at kærligheden forbliver, medan bedrægeriet upphørt!”

förloerar därmed det eviga och därigenom sig själv. Men människan som är förenad i sitt inre (hälsa som enhet) och lever av och för kärlek kan trots lidande i livet (se Kierkegaards citat ovan: "till och med den som hela livet igenom blef bedragen af lifvet") uppleva den kraft som evighetens oändlighet erbjuder. Kierkegaard (1847, 43) skriver: "O, hvad er all annan tröst mot evighetens..." Således tolkas att den största trösten i lidandet utgörs av den kraft som evigheten besitter. Men Kierkegaard går så långt att han menar att det inte är olyckan som gör människan lidande, utan det att det eviga saknas hos henne³⁹⁰. Författaren hävdar, enligt min tolkning, med sitt bud "du skall älska" (1847, 44) att kärleken antar en evig giltighet. Det finns således kraft och vishet att få genom budet³⁹¹.

Kierkegaard lyfter fram livet, tron och kärleken. Han (1847, 14) skriver: "Glöm icke, att, till och med när du gläder dig af kärlekens frukter, når du af dem känner, att kärleken bor i denna andra menniska, glöm icke det, att det ändock är ännu saligare att tro på kärlek." Enligt min tolkning är det största är att tro på kärleken som väsen. Likaså bör människan älska livet högre än bara den enskilda älskade eller de enskilda älskade. Genom att tro på kärlek blir således, enligt min tolkning, livet heligt och värt att levas för sin egen skull. Människan behöver inte söka en mening med lidandet eftersom livet i sig är meningen. Människan blir sitt rätta element då hon tror på kärleken, eftersom hon då vidkänner sitt verkliga innersta element, nämligen det sant mänskliga, kärleken.

8.8 Kärleken har en djupare dignitet än tro och hopp

Tro, hopp och kärlek är alltid närvarande samtidigt (och utgör varandras förutsättning) men kärleken har en djupare dignitet än tro och hopp. Kierkegaard (1847, 40/andra serien) hävdar: "den som har kärleken, och som tror allt, är icke

³⁹⁰ Kierkegaard (1847, 42): "Det nämligen, som gör en menniska förtviflad är icke olyckan, utan det, att det eviga saknas hos henne; förtviflan är att sakna det eviga; förtviflan är icke hafva undergått evighetens förändring genom pligtens "skall".

³⁹¹ Kierkegaard (1847, 44-45): "Budet förtär och bränner ut det osunda i din kärlek; men genom budet skall du åter kunna gifva honom ny eld, når han, menskligt att tala, ville slockna. Der, hvarest du förmenar dig sjelf kunna råda, der frågar du budet också till råds; der, hvarest du förtvifladt vill råda dig sjelf, der skall du fråga budet också till råds; men der, hvarest du sjelf icke kan finna något råd, der skall budet råda för att allt ändock blir godt."; Kierkegaard skriver (1847, 43-44): "Den kärlek, som undergick evighetens förändring genom att bli pligt, är icke fritagen från olycka; men han är frälst från förtviflan, i lycka och olycka lika mycket frälst från förtviflan."

rent af uppenbar, han är som de växter, hvilkas fortplantning ligger i det fördolda; han andas i den abstrakta andra, han hemtar näring i sin kärlek från den abstrakta andra, han styrker sig genom Den abstrakta andra.” I detta citat finner jag bekräftelse på min tidigare tolkning att kärleken är den kraftkälla utifrån vilken människan hämtar styrka. I djupet av källan finns kärleken, den abstrakta andra, som utgör den dolda urkraften. Jag tänker mig att rörelsen i källan utgörs av evigheten och människans tro och hopp på den. Kierkegaard (1847, 44/andra serien) skriver att ”Christendomens hopp är evigheten”. Utifrån detta tolkas att hoppet är evinnerligt, eftersom det har förbund med evigheten, vilket innebär att människan oändligt kan hoppas allt och därmed alltid kan vända sig till hoppet för att kunna hämta näring ur den abstrakta andra, kärleken som utgör kraftkällan. Utifrån min tolkning av Kierkegaards texter har kärleken en högre dignitet än tro och hopp.

Utgående från Kierkegaards text kan tolkas att kärleken, tron och hoppet alltid är närvarande samtidigt och därmed utgör varandras förutsättning³⁹². Människan kan inte äga en av dessa utan att samtidigt äga det andra, vilket tolkas utifrån följande citat av Kierkegaard (1847, 52/andra serien): ”Ingen kan hoppas, utan att han tillika har kärleken, han kan icke *hoppas för sig sjelf*, utan att tillika hafva kärleken, ty det goda hänger oändligen tillsammans; men, har han kärleken, så hoppas han tillika för andra.”

8.9 Döden och livet självt öppnar för någonting nytt

Kierkegaard tar utifrån min tolkning upp döden, det eviga och kärleken som viktiga enheter för människans väg till hälsa och liv. Sådär skriver han (1847, 67):

Se döden upphäfver alla skiljaktigheter; men förkärleken står alltid i förhållande till skiljaktighet, och likväl går vägen till lifvet och till det eviga genom döden och

³⁹² Om tron och hoppets förbundenhet skriver Kierkegaard (1847, 99/andra serien): ”tro förhåller sig till det osynliga; men Skriften säger derjemte, att tron är en beständighet i det, som man hoppas; häri ligger, att det, som man hoppas, är, likasom det osynliga, det, som icke är till, åt hvilket deremot hoppet i tanken gifver tillvarelse”. Min tolkning av detta är att tro och hopp alltid är sammanhörande och att tro innebär att förlita sig på någonting man inte ser och hoppet om detta skapar tillvarelse i tankens värld.

genom skiljaktigheternas upphäfvande; därför är kärleken till nästan det enda, som i sanning leder till lifvet.

Ovanstående citat tolkas innebära att när människan upphör att fokusera på det som skiljer och i stället ser livet i ljuset av evigheten och döden kan hon närma sig kärnan i sitt eget liv. I detta ljus framstår skiljaktigheter³⁹³ och småaktigheter som oväsentliga, och i stället värderas kärleken till nästan och till livet som sådant. Vägen till människans hälsa börjar därmed genom insikten om livets beskaffenhet och tro och hopp på det eviga. Människan kan med hjälp av döden erfara det eviga så att livets kärna framträder, vilket innebär att kärleken framstår som en kraft som varit, är och alltid kommer att vara. Människan behöver inte sträva efter att bli någonting som hon inte är, och hon behöver inte längre lida tack vare ett timligt lidande. Människan inser att livets substans utgörs av ”kärleken till nästan”. Kärleken som en urkraft kan bli ett med människan som blir mer mänsklig och kan varda i hälsa. Enligt mina tolkningar av Kierkegaards uttalande är evigheten, sanningen och döden det som tar bort förhänget så att evigheten och sanningen blir tydligare. Kierkegaard (1847, 72) uttrycker sig genom ”den eviga likheten inför Gud”, vilket tolkas handla om att människan inser att kärleken till nästan gäller alla människor. Kärleken till nästan tolkas vara att älska alla människor, vilket sammanfaller med frågan om hela livets syfte. Den abstrakta andra förändrar därmed sagt människans perspektiv till evighetens³⁹⁴. Vidare skriver han (1847, 83): ”Ja, det att gå med Gud (och det är ju blott i detta sällskap, som man upptäcker ”nästan”, ty Gud är mellanbestämningen), i afsigt att lära känna lifvet och sig sjelf, det är en allvarlig gång. Då förlora ära, magt och härlighet sin verdsliga glans; i sällskap med Gud kan du icke verdsligt fröджа dig åt sådant.” Min tolkning av ovanstående är att när människan tillägnat sig kraftkällan älskar hon primärt för kärlekens egen skull (hon ser den eviga och universella meningen) och

³⁹³ Kierkegaard (1847, 94–95) skriver vidare om skiljaktigheten: ”Men lifvets verklighet, om den ock icke, såsom evigheten, är sanningen, borde dock vara af sanningen, och därför borde också det andra, som enhvar väsentligen är, beständigt skymta fram igenom förklädnaden. Ack, men i verklighetens lif, der växer den enskilde i timlighetens växt helt och hållet tillsammans med skiljaktigheten, och detta är motsatsen till evighetens växt, som växer ifrån skiljaktigheten; den enskilde förväxer; enhvar sådan är; i evighetens betydelse, någonting vanskapligt. Ack, i verkligheten gror den enskilde så tillhopa med sin skiljaktighet, att döden till slut måste bruka våld, för att rycka denna ifrån honom. – Men skall man i sanning älska nästan, så måste det i hvarje ögonblick komma ihog, att skiljaktigheten är en förklädnad.”

³⁹⁴ Vidare skriver han (1847, 83): ”När man nämligen går med Gud, går man utan fara; men man nödsakas också till att se på ett helt eget sätt.”

vem eller varför hon älskar blir av sekundär betydelse. Det blir en äkta (osjälvisk) och ödmjuk kärlek när den abstrakta andra, kraftkällan (kärleken), utgör grunden och målet för kärleken. Genom evighetens ljus ser människan varje människa som värdefull och älskvärd³⁹⁵.

Kärleken är starkare än människan

Att inte ens döden kan utgöra ett hot mot människan som älskar nästan, tolkas utifrån Kierkegaards (1847, 69) citat: "Döden kan beröfva dig en vän, emedan, då du älskar en vän, du egentligen håller tillsamman med vännen; men då du älskar nästan, håller du samman med Gud, derföre kan döden icke beröfva dig nästan." Min tolkning är att allt det som sker i det timliga är yngre och därmed svagare än det som har förbund med det eviga och den abstrakta andras kärlek. Jag tolkar därför att kärleken är starkare än människan, för kärleken har sitt djup i det eviga, den abstrakta andra. Därmed förbleknar de lidanden hos människan som är av timlig härkomst, liksom smärta och död då det möter det eviga (universella) ljuset, eftersom det blir bestående trots allt det onda i det timliga. Kierkegaard (1847, 69) uttrycker: "Om du derföre förlorat allt i kärlek och vänskap, om du aldrig egt någonting af denna lycka, så behåller du ändock det bästa qvar, då du älskar nästan." Utifrån Kierkegaard tolkas att även om människan har förlorat allt i livet, så finns ändå det största och bästa alltjämt kvar, nämligen kärleken till nästan, vilket utgör den största trösten. Min tolkning är att tro, hopp och kärlek blir kvar när allt annat försvinner³⁹⁶. Om tro och hopp som förutsättning för kärleken skriver Kierkegaard (1847, 14/andra serien): "ty att tro allt är ju just, fastän det icke ses, ja, fastän det motsatta ses, att förutsätta, det kärleken dock är tillstådes i grunden, till och med hos vilseförda, till och med hos den förderfvade..."³⁹⁷

³⁹⁵ Kierkegaard (1847, 95–96) uttalar sig om skiljaktigheten såhär: "I att vara kung, tiggare, lärd, rik, fattig, mor, qvinna o. s. v. likna vi ej hvarandra, deruti äro vi just skiljaktiga; men i att vara nästan likna vi obetingadt alla hvarandra. Skiljaktigheten är timlighetens förvirrade element, som märker hvarje menniska på särskildt sätt; men nästan är evighetens märke – på hvarje menniska. Tag många ark papper, skrif olika på hvarje, så liknar det ena icke det andra; men tag sedan återigen hvar särskildt ark, låt den olika påskriften ingenting bekomma dig, så ser du ett gemensamt märke på dem alla. Och på detta sätt är nästan det gemensamma märket; men du ser det blott med tillhjälp af evighetens ljus, när det skimrar genom skiljaktigheten."

³⁹⁶ Kierkegaard (1847, 35/andra serien) skriver: "Men sålunda är det ju omöjligt att bedraga den, som har kärleken, hvilken just genom att tro allt förblifver i kärleken."

³⁹⁷ Vidare uttrycker han (1847, 14-15/andra serien): "Kärleken hoppas allting; men att hoppas allting, det är ju, fastän det icke ses, ja, fastän det motsatta ses, att förutsätta, det kärleken ändock

Kierkegaard (1847, 46/andra serien) skriver: "Att förhålla sig förväntande till det godas möjlighet är att *hoppas*, hvilket just derföre icke kan vara någon timlig förhoppning, utan är ett evigt hopp. Att förhålla sig förväntande till det ondas möjlighet är att frukta." Det första som omnämns i citatet ovan, att genom hoppet förvänta sig det godas möjlighet kunde här tolkas som att vara hälsa, och det andra som nämns i citatet att förhålla sig förväntande till det ondas möjlighet tolkas vara att lida. Vidare skriver författaren (1847, 46/andra serien): "Deraf kommer det, att den, som hoppas, aldrig kan bedragas; ty att hoppas är att förvänta det godas möjlighet; men det godas möjlighet är det eviga." Jag tolkar detta som att hoppet utgör ett skydd mot förtvivlan i lidandet. Kierkegaard skriver (1847, 48/andra serien): "hoppet förhåller sig till det godas möjlighet och derigenom till det eviga". Författaren hävdar således att det eviga hoppet räcker hela livet. Kierkegaard skriver även att den som inte förstår detta är förtvivlad. Den människa som är utan tro på det godas möjlighet han har brutit förbundet med det eviga. Min tolkning av detta är att hoppet om det evigas godhet utgör möjligheten till ett vardande i hälsa, medan den som saknar detta är olycklig och lidande. Kierkegaard omtalar evigheten som den största makten. Han menar således att den som hoppas uttrycker sitt förhållande till det eviga.

8.10 Sammanfattande teser

Nedan sammanfattas helhetsförståelsen i form av teser utgående från min tolkning av Kierkegaards verk. Sökandet efter svar på den första forskningsfrågan³⁹⁸ gav upphov till följande induktiva teser:

1. Människans kraftkälla är kärleken. Kärleken har sin grund i den abstrakta andra och utgör människans väsen, hennes kraftkälla och är samtidigt livets kärna.

är till städes i grunden, och att han nog skall uppenbara sig hos den villsefarande, hos den villseledda, till och med hos den förtappade. Se, den förlorade sonens fader var må hända den enda, som icke visste, att han hade en förlorad son, ty faderns kärlek hoppades allting. Brodern visste genast, att han var hopplöst förlorad. Men kärleken uppbygger, och fadern återvann den förlorade sonen just derföre, att han, som hoppades allt, förutsatte, att kärleken var tillstädes i grunden."

³⁹⁸ Den första forskningsfrågan lyder: "Vad är människans kraftkälla?"

2. Källans fördoldhet utgör en kraft.
3. Kraftkällan bär evighetens drag och har därmed outtömlig kraft.
4. Kärleken är den förenande länken mellan timlighet och evighet.
5. Kraftkällan skänker människan mål och mening som skapar rörelse i vardandet.
6. Kraftkällan erbjuder människan kraft genom tro, hopp och kärlek och är paradoxalt samtidigt både vägvisaren, vägen till källan och källan själv.
7. Kärleken har en djupare dignitet än tro och hopp, men de är alltid samtidigt närvarande.

Sökandet efter svar på den andra forskningsfrågan³⁹⁹ formade följande induktiva teser:

1. Genom att människan erinrar sig om sin inre längtan (som har dragning mot kraftkällan) skapas förutsättningar för hennes rörelse i riktning mot kraftkällan.
2. Tillägnelse av kraftkällan kräver ett offrande. Uppfordran är att människan ska älska nästan.
3. Kärleken fullbordas genom handling. Kärleken till nästan fullföljs och förverkligas genom att människan stillar sig inför kraftkällan och utgör goda handlingar.
4. Tro och hopp på kraftkällan ger kraft om människan bevarar dem som en dyrbar hemlighet.
5. Döden och livet självt öppnar för någonting nytt.

³⁹⁹ Den andra forskningsfrågan lyder: "Vad uppenbarar kraftkällan så att människan kan uppfatta den och tillägna sig dess kraft för att varda i hälsa?"

9 INTERVJUSTUDIENS BIDRAG: DEN VARDANDE MÄNNISKANS VÄG TILL HÄLSA

Hjärtat brister och brister
och lever genom att brista.
Det är nödvändigt att färdas
genom mörker
och djupare mörker
och inte vända om.

Stanley Kunitz

Detta kapitel eftersträvar insyn i människans väg till hälsa, men även i hennes kraftkälla, genom att presentera min tolkning av de fokuserade intervjuerna med forskningspersoner som genomlevt ett svårt personligt lidande och vardat i hälsa. Fokus i denna delstudie är kraftkällans uttryck och förhållande till människans *vardande i hälsa*⁴⁰⁰. Nedan följer först en sammanfattning av resultatet ur denna delstudie. Därefter redovisas min tolkning belyst av enskilda citat och slutligen presenteras nyuppkomna teser. Helhetsförståelsen av mina tidigare delstudier i denna studie sammanfogas även vid presentationen av de sammanfattande teserna, vilket görs för att se hur förståelsen lever och vidgas genom varje studie. Slutligen görs en konklusion där teserna diskuteras närmare.

Konklusionen av förståelsen utifrån min tolkning av intervjutexterna (utgående från forskningspersonernas utsagor) lyder:

Forskningspersonerna vittnar om att människans kraftkälla⁴⁰¹ är kärlek. Kraftkällan som finns djupt rotad inom människan härstammar från den andliga dimensionen. Genom närheten till kärleken vidrörs människan på djupet, dörren till hennes inre rum öppnas genom kärleken, som den abstrakta andra i källan

⁴⁰⁰ I detta kapitel avses den vardande människans hälsa när jag talar om människans hälsa eller kraftkälla.

⁴⁰¹ Här kunde jag ha skrivit *den lidande människans kraftkälla*, men motivet till att jag använder just *människans kraftkälla* är att jag utgår från att alla människor i grunden är lidande, eftersom människans existens och att leva innefattar och hör samman med hälsa och lidande. När jag skriver *människan* avser jag således en människa som erfar både hälsa och lidande.

utstrålar. Kraftkällan bär inte bara evighetens drag utan den står i förbund med evigheten. Därmed har källan en outtömlig kraft som erbjuder människan oändlig värdighet och frid. Tack vare evighetsdimensionen blir människan mänsklig, dvs. ödmjuk och sann. Kärleken till en abstrakt annan utgör en outtömlig kraft tack vare kraftkällans förbund med evigheten. Kraftkällan skänker människan mål och mening som skapar rörelse i människans vardande i hälsa. Det är det eviga i kraftkällan som kan skänka människan mål och mening i livet trots lidande. Likaså skapar medvetenheten om kraftkällan ett inre begär hos människan efter att återskapa mening i livet trots lidande. Kraftkällan förser människan med glimtar av sanningen⁴⁰² som uppväcker kärleken till nästan. Tvivel är en förutsättning för att tron ska hållas levande, på samma sätt som hopplöshet skapar rörelse i hoppet och döden sätter livet på spel. Kraftkällan ger människan inre vishet och visshet om en djupare existentiell tillhörighet som ger frid.

När människans naturliga inre längtan besvaras kan hon få kraft. När människan erinrar sig om sin inre längtan efter kraftkällan kan rörelse mot källan uppstå. Hennes inre längtan handlar om hennes andliga begär efter att få erfara godhet och närhet till en abstrakt annan och efter att få utöva sitt mänskliga ämbete, kärleken. Denna längtan kan uppväckas i mötet med lidande och göra att hon börjar söka efter närheten till källan. Då hon kommer i närheten av kärleken har hon möjlighet att tillägna sig dess kraft. Erinringen av den abstrakta andras existens och närvaro besvarar människans andliga och inre längtan⁴⁰³ varpå hon ges möjlighet till perspektivbyte och se tillvaron ur evighetens perspektiv, vilket är en förutsättning för att hon ska kunna varda i hälsa. Att människan känner att hon inte är ensam utan finns till i en gemenskap är väsentligt för hennes hälsa, eftersom människan genom upplevelse av gemenskap och värme även kan ana sin heliga härstamning, nämligen kraftkällan. Människan inser sin värdighet genom denna härstamning, vilket är kraftgivande. Människans värdighet bekräftas därmed genom upplevelse av kärlek och gemenskap, vilket även utgör förutsättning för att hon ska kunna tillägna sig kraften. Då människan medvetandegör sitt begär och blir ödmjuk inför sin naturliga längtan efter förening med kraftkällan (den abstrakta andra) och evigheten (hon älskar och

⁴⁰² Här avses den universella sanningen som kan igenkännas av alla människor.

⁴⁰³ Här avses längtan efter någonting större än människan själv.

sätter den abstrakta andra främst) kan hon uppleva tro och hopp på kärleken som kan skänka kraft att varda i hälsa trots lidande.

Vägen till kraftkällan går via en skapande akt. Den skapande akten handlar om att människan erfar en helig upplevelse av närhet till den abstrakta andra som ger kraft framåt. I den skapande akten stillar sig människan inför en andlig närvaro där hon träder in i sitt inre rum och upplever sig hemma, och hemmastaddheten utgör en frid som hon kan vila i och återuppbygga ny kraft. När människan stannar upp och bara är till utan att vara styrd av det timliga handlar det om en skapande akt. I denna akt kan människan ibland ta hjälp av yttre aktiviteter för att stilla sig och således nå den inre källan. Att hämta kraft ur kraftkällan handlar således inte om att människan konkret förutsätts vara aktiv och i rörelse, men en förutsättning för att dörren till den inre kraftkällan kan öppnas är att människan förmår stilla sig och vara äkta närvarande här och nu, vilket antyder en mottaglighet inför det eviga som källan utandas. Människans litenhet och svaghet utgör en förutsättning för tillägnelse av kraft. I den skapande akten ges människan möjlighet att öppna sig inför litenheten.

En förutsättning för att människan ska börja söka sitt inre rum och kunna tillägna sig dess kraft är att hon inser sin litenhet och offerar inför någonting större. Människan kan uppfatta sin litenhet och därigenom hela livets storhet genom att offra sig själv inför detta någonting som är större. Genom källans förnyelsekraft kan människan bli ödmjuk. Detta föregås av en ensamhet som människan upplever innan hon tar emot den förening och gemenskap som evigheten (det andliga) har att erbjuda. I mötet med kraftkällan inser hon dess (och sitt eget) förbund med evigheten, vilket gör att hon ser livets storhet och upplever sig delaktig av ett större sammanhang som skänker mening och samtidigt ett eget värde som människa. Ödmjukhet är således väsentlig för att kunna tillägna sig kraft, men ödmjukhet utgör även frukten av mötet med kraftkällan. Att kunna glädjas åt en vanlig vardag är väsentligt för att dagligen kunna ingjuta ny kraft.

Kärleken till nästan fullföljs och förverkligas när människan genom kärleken från kraftkällan utför goda handlingar. Utan handlingar kan människan inte säga sig älska. Sann kärlek har sin grund i och leder alltid tillbaka till den abstrakta andra, dvs. när människan älskar livet självt, dess kärna, utövar hon sitt mänskliga

ämbete (dvs. handlar utifrån kärlek) vilket möjliggör glädje. När människan ger kärlek (till livet och därmed till kraftkällan) så får hon kärlek och kraft tillbaka. Människan blir starkare varje gång hon ger kärlek och älskar trots att hon själv är lidande. Detta gör att hennes inre längtan vidrörs så att hon gång på gång vill uppsöka källan för att få ingjuta mer av den och den kärlek som den ger tillbaka till henne. Det blir naturligt att älska nästan när hon lever för och av källan.

Lidandets mörker (och döden) ger människan rörelse och kraft. Livet får rörelse av döden som i det timliga varandet kan öppna för förståelse av livets väsen (dess helighet genom den abstrakta andra) och evighetsdimensionen. Det är lidandets mörker som väcker insikten om livets provisorium, vilket för människan mot livets kärna i vilket det finns en urkraft som kan genereras. Vägen till hälsa går genom insikten om livets beskaffenhet som evighetsdimensionen bjuder. Evigheten (det oändliga) som finns i kraftkällan lockar människan och skapar rörelse. Lidandet kan väcka människans naturliga andliga längtan som är hennes begär efter att få erfara godhet och närhet till den abstrakta andra – som motvikt till det outhärdliga. Det handlar om en närhet till livets kärna som inom människan uppväcker kärleken till livet och därigenom kärleken till nästan som gör att hon förmår välja. Människan gör medvetna val och vill kämpa för att skapa mening och glädje i livet, trots lidande. När människan är nära kärnan kan hon se sanningen.

Att bevara tro och hopp inom sig innebär kraft. Hoppet och tron på kärleken som alltid funnits och är bestående utgör en urkraft inom människan. Tack vare evighetsdimensionen kan denna urkraft aktiveras och göra henne mer mänsklig och ödmjuk så att hon utandas glädje och frid eftersom hon vilar i visshet. Det handlar om ett etiskt uppvaknande inför den eviga sanningen⁴⁰⁴ om livets beskaffenhet, likt en evig visdom och vördnad inför livets storhet. När människan erinrar sig om denna eviga visdom och sin delaktighet och sitt förbund med kraftkällan kan hon uppleva glädje och livskraft.

Trons, liksom kärlekens och hoppets existens är beroende av att få förbli en hemlighet för människan. Om människan gör anspråk på att utröna dessas

⁴⁰⁴ Med *den eviga sanningen* avses livets universella och existentiella villkor sett utifrån evighetens perspektiv.

hemligheter förlorar hon dem och de outtömliga krafter som de besitter. Tvivel skapar rörelse och gör att tron hålls levande, likasom hopplöshet skapar rörelse i hoppet och döden sätter livet på spel. Genom att inte utröna trons, livets eller källans väsen men i stället värna om dem och odla dem så blir de till en outtömlig gruva som människan kan ösa kraft ur. Tron ger människan (genom evigheten) tillförsikt inför livet och hopp om en godhet som vill väl och som gör att hon vågar färdas mot en okänd framtid. I denna ödmjukhet blir hon varse om att allting har sin grund i den abstrakta andra och evigheten vilket förser henne med frihet och frid. Kraftkällan erbjuder människan kraft genom tro, hopp och kärlek och de är paradoxalt samtidigt både vägvisarna, vägen till källan och källan själv.

9.1 Mystiken kring den eviga kraftkällan ger livet nytt ljus

Kring livets innersta väsen finns
en fördoldhet,
något förborgat vilar i mörkret,
som skapar en mystik
kring livet
som har kraft att lysa upp
människan
och hennes existens.

J. Hemberg, 2014

I närheten av kraftkällans sfär finns någonting dolt, en laddning i luften som människan kan ana men inte se. När människan kommer i kontakt med kraftkällan (den abstrakta andra) kan hon förnimma detta dolda som hon varken kan se eller förstå. Hennes aning om kraftkällan omsluter henne med en mystik likt en mystisk sfär och som detta till trots kan göra henne påtagligt klartsynt så att hon plötsligt får kraft och rörelse framåt. Den eviga kraftkällan tolkas besitta en mystik som lyser upp livet med ett alldeles eget ljus. Mitt i lidandets mörker kan människan plötsligt omskakas så att hon förmår se klart⁴⁰⁵. Enligt min tolkning av

⁴⁰⁵ En av forskningspersonerna säger: ”En annan sak som skakade om mig [i lidandet] var när jag träffade en främmande kvinna i en hiss som sade att jag själv måste förändra min situation här och nu annars skulle det inte gå bra för mig. Jag blev nästan rädd, jag tyckte att kvinnan var mystisk på något sätt, det kändes som om hon förtrollande mig och som om jag faktiskt var tvungen att lyda

intervjumaterialet erbjuder kraftkällan människan ett alternativt sätt att se på. Detta gör att hon tack vare det nya perspektiv som kraftkällan skänker förmår se livet ur evighetens perspektiv vilket gör att hon trots lidande kan uppleva hälsa och välbefinnande, eftersom hon förmår se på sig själv och på sitt lidande med nya ögon. Men en förutsättning för att stämma möte med kraftkällan är att människan överlåter sig till den abstrakta andra, för då kan hon automatiskt även uppleva tro och hopp på framtiden⁴⁰⁶.

9.2 Människan kan finna kraft inifrån

Människan kan vara förblindad från att erinra sig om sin inre kraftkälla om hennes lidande gör att hon inte kan se längre än till det som är här och nu. Först när hon blir medveten om en högre existens och en djupare meningstillvaro kan hon bli varsebli kraftkällan och tillägna sig kraften. Detta förutsätter att hon kan bortse från t.ex. det kroppsliga eller själsliga lidande som hon upplever i nuet och att hon har förmåga att se bortom det. I nedanstående citat kan tolkas att människan får kraft inifrån men att den härstammar från den abstrakta andra⁴⁰⁷.

När människan fokuserar sin inre sin längtan och momentalt vilar i den kan hon uppleva kraft från kraftkällan. Även om den inre längtan kan innehålla ett svårt vemod eller sorg, kan människan uppleva en kraft av tacksamhet och kärlek som

och göra som hon sade. Jag tror ju ändå att saker och ting händer av en orsak ...[...]... så jag tror att det var meningen att hon skulle säga sådär åt mig just den gången.” En annan forskningsperson sade: ” ...[...]... då man når vändpunkten i lidandet börjar man automatiskt se ur ett evighetsperspektiv, annars har det inte varit någon riktig vändpunkt.”

⁴⁰⁶ Ett citat av en forskningsperson lyder: ”Framtiden föddes inom mig när jag mötte kraftkällan. Jag fick framtidshopp. Innan hade jag inte haft något hopp om framtiden och hopp och önskan om att bli en bättre människa och ta hand om min familj.” Ett annat citat kring detta lyder: ”...[...]... genom Guds ande, den helige ande, får vi kraft...[...]... Den dagen vi överlåter oss åt Jesus så börjar vår evighet. ...[...]... Gud älskade oss först och det innebär att vi är uppmanade att leva i vår första kärlek.

⁴⁰⁷ En forskningsperson menar att ”...[...]... vi har alla en inneboende kraft inom oss som vi inte är medvetna om. Vi borde våga förlita oss på att vi har den. Vartefter krafterna återvänder och det akuta stadiet avtar borde vi försöka ta vara på kraften vi har inom oss.” En annan forskningsperson säger: ” ...[...]... i det skedet var jag ännu för sjuk på grund av anorexin och hade för mycket ångest för att kunna ens tänka i de banorna att jag skulle ha kunnat vända mig inåt för att söka kraft.” En av forskningspersonerna uttalar sig såhär: ”Jag har ingen egentlig Gud att be till, men jag försöker att ha mig själv att tro på och jag vet att jag har mina skyddsänglar med mig. Jag vänder mig inåt. Alla har vi våra sätt att få hjälp.”

kraftkällan har att bjuda. En längtan kan t.ex. vara längtan efter en avliden maka eller make och fokuseringen av denna längtan genom att på ett transcendent sätt i tanken gå utöver sig själv och uppleva den saknade människans närhet inom sig. I denna stund är det kraftkällans inre väsen som hon samtidigt får glimtar av och som skänker hopp och frid trots lidande.

Det är tacksamhet och det är kärlek som jag upplever när jag känner henne inom mig. Jag brukar tala till graven också, även om graven inte är enda platsen där jag talar med henne, jag tycker inte ens att hon finns där, men det är naturligt att prata med henne där, och då brukar jag säga: du och jag Anni.

Nyckeln till kraftkällan går, som tidigare nämnts, genom närheten till den abstrakta andra, vilket t.ex. kan förmedlas genom den konkreta andra. Den abstrakta andras närvaro kan upplevas och förmedlas genom en konkret annan⁴⁰⁸.

9.3 Kärlekens urkraft uppväcker kärleken till nästan

Den abstrakta andra tolkas utgöra kraftkällan⁴⁰⁹. Att uppleva den kärlek som källan utstrålar i livets kärna vidrör människan på djupet. Att uppleva sig älskad ger kraft. Människan upplever vördnad och tacksamhet inför livet då hon är nära livets kärna. Den andliga dimensionen (närheten till den abstrakta andra) kan erbjuda människan bestående frid (tack vare evigheten). Mötet med kraftkällan tolkas innebära att människan upplever en godhet bestående av värme och kärlek, som lyser upp människans värdighet så att hon inser sitt eget värde och därigenom förmår älska sig själv och andra. Kraftkällan uppväcker således kärleken till nästan, vilket utgör en oerhörd kraft för att varda i hälsa. Kraftkällan bekräftar människans inre längtan efter kärlek och värdighet, vilket ger tro och hopp. Samtidigt som tro och hopp förutsätts för tillägnelse av kraftkällan är det även dessa dygder som

⁴⁰⁸ En forskningsperson uttrycker sig såhär: "... att uppleva gemenskapen och den kärlek som de förmedlade gav mig styrka. Och också det faktum att bland de här människorna så fanns också sådana som hade varit i min situation och som vittnade om hopp." En annan forskningsperson säger: "Men det var ute på landet som jag egentligen mädde allra bäst, för även om jag ser platsen där min fru dog där så upplever jag den största gemenskapen med henne där. Gemenskapen vid den platsen är en slags närhet...[...]..."

⁴⁰⁹ En forskningsperson säger: "Den kvällen då den avgörande vändpunkten kom fick jag känna att jag var älskad. Att det fanns någon som brydde sig och att jag ändå fick vara den jag är. Jag kände en varm ström av kärlek...[...]... Jag fick se att jag var värdefull...[...]... Jag började tycka om mig själv på ett djupare plan, inte bara som den med den där falska fasad jag byggt upp."

erhålls genom kraftkällan. Kärleken till nästan⁴¹⁰ ger människan hopp att våga tro på en tillvaro av mening var hon är behövd. Kärleken till nästan innebär samtidigt att själv ta ansvar för sitt liv, ge sig själv ett värde och utifrån det välja riktning i livet⁴¹¹.

Människan har inte alltid själv kraft att söka sig till kraftkällan. För att komma upp ur det djupaste lidandet är det viktigt att människan själv tar första steget genom sin vilja (antingen i tanken eller genom konkreta aktioner) om en förändring av hälsan ska vara möjlig. Det behövs dock stöd för att vandrigen mot hälsa ska kunna påbörjas och så att människan så småningom själv kan finna kraft att ta tag i sitt liv. I grund och botten handlar det om att människan behöver få mötas av kärlek och uppfatta sitt värde som människa. Den gemenskap och värme som en konkret annan kan förmedla genom sin närvaro är betydelsefull, men ibland är det rent praktiskt stöd och praktisk hjälp som människan behöver för att komma i gång och helt enkelt för att överleva⁴¹². Upplevelsen av att man inte är ensam och inte kommer att bli övergiven⁴¹³, och att få uppleva tillit och närhet på ett konkret och eller andligt plan, kan förmedla kärleken från kraftkällan. När människan lider uppfattar hon inte sitt eget värde utan upplever sig som hopplös och ovärdig kärlek. Det är oerhört betydelsefullt och kraftgivande när en utomstående visar kärlek och tycker om människan villkorslöst när hon inte tycker om sig själv⁴¹⁴. Det är avgörande att människan lär sig tycka om sig själv och livet igen, för att inte bli

⁴¹⁰ En forskningsperson talar om tacksamhet för livet och kärleken till nästan: "...[...]... det som fick stor betydelse för mig var när jag läste en bok som gjorde att jag insåg vilken kraft det finns inom människan och vad som är möjligt att överleva. På så vis vaknade tanken att jag lever i ett välfärdssamhälle, jag har en säng, jag har värme och jag har medmänniskor som bryr sig, jag måste kämpa för största drivkraften och moroten för mig var barnen."

⁴¹¹ En forskningsperson talar om kärleken till nästan såhär: "...[...]... jag måste kämpa för största drivkraften och moroten för mig var barnen ...[...]...Jag har också upptäckt att bästa hjälpen för att hjälpa sig själv är att hjälpa andra."

⁴¹² En forskningsperson säger: "Ingen kan göra någonting för en utifrån i en sådan här situation, för det är inuti där det gör ont och där man måste göra någonting. Men det är ju i den här stunden som man helt enkelt behöver ha folk omkring sig som ser till att man överlever, någon som håller en vid liv."

⁴¹³ En forskningsperson uttrycker sig såhär: "...[...]... nog betyder goda och nära relationer väldigt mycket. Att man bland de närmaste har folk som man både kan lita på och anförtro sig åt och som älskar en oberoende av vad som händer och som inte är ute efter att skada."

⁴¹⁴ Citat av en forskningsperson: "...[...]... så kände jag att det var skönt att man inte var ensam. Och så var det nog väldigt viktigt med fysisk beröring. Min fru övergav mig aldrig." En annan forskningsperson säger: "...[...]... att känna sig omtyckt, att någon bryr sig om mig fastän jag själv inte bryr mig om mig och trots att jag själv mår dåligt, betyder oerhört mycket."

kvar (stagnera) i lidandet och gå in i bitterhet. Om man inte ger sig själv ett värde kan man inte heller få kraft⁴¹⁵. Genom lidandet och vägen tillbaka med kraftkällans hjälp danas människan mot att älska nästan och livet självt. Det är fundamentalt att människans värdighet bekräftas för att hon ska ha möjlighet att åter varda i hälsa. Ett kränkande bemötande kan göra att människan ger upp hoppet om liv och i stället börjar tänka på en annan utväg, nämligen döden⁴¹⁶.

9.4 Människans rörelse mot kraftkällan går via en skapande akt

Det första som igångsätter rörelsen mot kraftkällan är att människan stillar sig i en skapande akt där hon lyssnar till sin inre längtans röst. Den skapande akten (i abstrakt mening) sker inom människan, men för att hon ska nå sitt inre rum kan hon i ett görande ta hjälp av olika aktiviteter. När människan befinner sig i en skapande akt upplever hon vila, glädje och frid. Att våga drömma och vara kreativ kan utgöra en form av görande som kan hjälpa människan mot att nå den inre kraftkällan. Det handlar om att vila och att få komma bort från lidandet en stund genom att ägna tankarna åt någonting annat som upplevs skapande. Kreativitet av olika slag hjälper att nå kraftkällans vilorum trots ångest och lidande. På det viset kan ny kraft erhållas. Olika slags kreativitet såsom målning, musiklyssnande⁴¹⁷, att vara ute i naturen och att drömma kan utgöra en yttre aktivitet för att nå inåt mot kraftkällan⁴¹⁸. Människan stillar sig således i den skapande akten i ett görande för

⁴¹⁵ En forskningsperson menar: "Att lära sig att tycka om sig själv är t.ex. en viktig bit i det hela [vägen tillbaka till hälsa] att inte tänka att det inte spelar någon roll vad man gör så man kan lika gärna sitta och äta framför TV:n och nu röker jag osv. för det är ingen skillnad vad som händer med mig."

⁴¹⁶ En forskningsperson säger: "Jag tror inte sjukdomsvistelsen i grunden påverkade hur jag såg på mig själv, men det påverkade mig att förstå att jag inte skulle komma att överleva där. Jag började ge upp. Det kändes som om jag var utelämnad åt de som jobbade där, och de behandlade mig väldigt nedvärderande. Att vara fast i deras klor var väldigt hemskt för de kunde göra precis vad som helst med mig utan att någon någonsin skulle få veta någonting, för det var låsta dörrar..."

⁴¹⁷ En forskningsperson säger: "Då jag lyssnade på musik fick jag känna av stunder då det var bra, då jag kände mig lite glad, och inte bara ångestfylld [...] jo, jag lyssnade mycket på musik, jag tror det var det som räddade mig."

⁴¹⁸ Ett av forskningspersonernas citat lyder: "...[...]... att arbeta var ju samtidigt att koppla bort mitt eget och det är ju en vila i det också, som gör att man orkar vidare." Ett annat citat av en forskningsperson lyder: "...[...]... jag hade gått och burit på alla känslor och min sorg hela tiden, den hade liksom aldrig fått komma ur mig, inte förrän jag skrev av mig...[...]... Jag kände väldigt mycket sorg också, jag grät hela tiden. Då jag skrev kändes det som om ett åskväder dragit förbi och när jag hade skrivit klart så var det lugnt och stilla. Det var så skönt då jag genom att skriva av

att hon genom den ska kunna gå inåt, i riktning inåt mot kraftkällan, som kan ge henne bestående frid.⁴¹⁹

Genom att vara i naturen kan människan uppleva en skapande akt som för henne mot kraftkällan så att hennes lidande lindras. I naturen kan människan uppleva att det finns någonting utöver hennes eget jag och det egna lidandet, i form av ett större sammanhang av gemenskap och mening där hon får vara delaktig. Det händer något speciellt när man kommer nära naturen, kraftkällan kommer nära och ens perspektiv förändras. Människan kan i naturen uppleva hälsa trots lidande, eftersom hon genom att vara i naturens skönhet kan få en andlig upplevelse av närhet till den abstrakta andra. Samtidigt handlar detta om en skapande akt, för då tvingas hon inte fokusera framåt hela tiden utan ges möjlighet att uppleva äkta närvaro här och nu i stället vilket kan ge lindring i lidandet. Det verkar som om det är helande att få ägna sig åt konkreta aktiviteter och att det dessutom finns en slags helig upplevelse i det konkreta och enkla som gör att ens perspektiv förändras (till evighetens perspektiv).

Det händer nog någonting då man gräver i jorden, man kommer på något sätt nära naturen. Då man går ute i naturen så kan man ju prata om allt mellan himmel och jord, man känner ju den fysiska moder natur som är nära en. Kanske det gör att allt känns tungt och perspektivet är inskränkt på något sätt och det är bara mitt eget som känns så stort, men då man får komma ut i naturen i det andra så blir perspektivet ett annat. Då inser man att okej mitt eget känns jobbigt, det är svårt, men det är inte världens undergång. Naturen ger en ett annat perspektiv.

mig fick det ut ur mig för jag hade gått och burit det inom mig under en så lång tid. Genom detta skrivande kände jag en stor glädje inombords efteråt som jag inte hade haft innan. Men det var först efteråt jag förstod hur betydelsefullt detta hade varit.”; En forskningsperson sade: ”Ångesten dominerade nog inom mig trots att jag var ute och vandrade men för att komma till rätta med den var jag tvungen att röra på mig.”

⁴¹⁹ En forskningsperson berättar om hur hon finner kraft: ”Alla hittar vi kraften på olika sätt, ibland är jag bara lugn och tar mig igenom det svåra på det viset eller så blir jag arg och tänker att nu ska jag inte vara sjuk mera och så gör jag något kreativt istället. De människor som inte orkar längre och tar livet av sig har inte orkat söka tillräckligt länge efter kraftkällan eller de har varit rädda för vad de ska finna om de söker. Jag tar ju tag i min kreativitet då jag mår dåligt, jag spelar musik eller så målar tavlor eller möblerar om här hemma. När jag ska måla så planerar jag aldrig i förväg vad jag ska måla, jag bara målar någonting och så blir det vad det blir. Jag tänker ingenting under tiden jag målar. Och när det är färdigt så känner jag ingenting, jag är helt tom inuti. Det är en skön känsla som gör att jag kan börja om på nytt. Tomheten jag känner är alltså positiv, det känns befriande och gör att jag får ur mig det som innan kändes jobbigt.”

En annan slags kreativitet som ger vila i lidandet och förnyad kraft handlar om att få vila ifrån de egna tankarna genom dagdrömmeri. Att drömma sig bort kan göra att människan tillåts släppa kontrollen en stund, vilket är befriande. Detta kan även tolkas som en flykt från lidandet, så att hon för en kortare eller längre tid förmår vila i något annat, t.ex. genom att drömma sig in i större lidanden än de hon själv har, vilket ger en tillfällig vila från det egna lidandet⁴²⁰.

Den skapande akten kan även handa om att aktivt ta tag i sitt liv och göra något för att kunna nå sitt inre rum där kraftkällan finns. På så vis har människan själv möjlighet att finna ett inre lugn inom sig, vilket innebär kraft, och det kan ingen annan än hon själv göra åt henne. Förutsättning för ett *vardande i hälsa* är att människan själv gör någonting för att försöka ändra sin situation.⁴²¹ Inom människan finns i grunden en längtan efter frid och efter att få känna sig hemma. Lidandet gör att människan känner sig hemlös, och begäret efter att få känna sig hemmastadd blir därför påtagligt. Men i det djupaste lidandet kan människan inte alltid själv erinra sig om sin längtan efter frid och efter möjligheten att åter få känna sig hemma i sig själv. Det är i en sådan situation som stödet utifrån är outhärligt. I ett outhärligt lidande kan människan förlamas och förblindas från att uppleva hopp och från att inse att det finns en väg tillbaka ur hemlösheten⁴²².

⁴²⁰ Ett citat av en forskningsperson: "De där dödsannonserna har nog varit väldigt viktiga. Jag fick möjlighet att drömma mig in i större lidanden genom dödsannonserna. Jag tänkte inte som barn att jag var lidande, barnen i Afrika var lidande, men själv var man inne i en kris. Men då man tänker tillbaka så inte var det ju en normal barndom, utan jag var ju lidande. Det är ett ledset barn inom mig." En annan forskningsperson uttrycker sig såhär: "...[...]... jag kan flyta iväg i dagdrömmar ganska ofta...[...]...Det där är sedan något som gör att jag orkar. ...[...]... Dagdrömmarna gör att jag släpper kontrollen och får njuta en stund och så orkar jag bättre efteråt".

⁴²¹ En forskningsperson säger: "Man måste hitta den där kraften för att ta hand om sig själv, ibland hamnar jag att ligga långa tider i sängen [på grund av ett fysiskt sjukdomslidande], men man måste ta sig själv i kragen för man kan inte bara ligga och bara tycka synd om sig själv hela tiden. Man måste göra något själv för att få livet att bli bra igen. ...[...]... Men en sjuk person kanske tycker att det är andra som ska hjälpa och ta hand om livet åt en. Men det tycker jag är fel, för inte kan man helt förklara sina känslor åt en annan människa, det är ju man själv som vet hur man ska göra för att må bra för man vet ju innerst inne hur man bäst orkar. Så det är bara att lära känna sig själv och hitta ett inre lugn i sig själv.

⁴²² En forskningsperson säger: "Jag kunde inte se mig själv utifrån. Det fanns en stark ångest i den här rädslan och det kändes som att man var hemlös i sig själv. Det kändes som om livet var krossat, det fanns bara skärvor kvar och jag hade ingen ork att börja plocka ihop dem. Det fanns ingen framtidstro."

9.5 Människans litenhet och svaghet utgör förutsättning för tillägnelse av kraft.

Kraften fullbordas i svaghet

Paulus, Bibeln

Att människan inser sin litenhet och svaghet synliggör vägen till kraftkällan. Litenheten innebär att människan får och vågar vara svag. I svagheten finns en stor styrka. Att inse sin litenhet innebär dock en inre kamp för människan, eftersom hon egentligen inte vill vara liten, ej heller vidkänna sin litenhet. Människan vill vara stor och stark⁴²³, men när hon blir äkta i sin existens, i sitt varande, så innebär det en styrka när hon förmår vara liten och svag i lidandet. Möjligheten att tillåta sig vara liten och svag föregås av en kamp. I den kampen dras människan mellan önskan att vara stor och stark och behovet av att överlåta sig till en stor och trygg famn. Detta beror på att hon så småningom genom sin förtvivlan i lidandet inser att hon inte kan förstå eller förklara sin existens utan behöver skydd samt att hon i sig själv är otillräcklig utan den abstrakta andra.⁴²⁴

Människan får kraft genom att tillåta sig vara liten, att vara sig själv i sin ensamhet och förlåta sig själv i stillhet. Människan upplever en lättnad som kan vara en ren njutning när hon ger sig själv tillstånd att få känna exakt hur liten hon egentligen är. När människan får vara liten förändras hennes perspektiv. *Människan* behöver

⁴²³ En forskningsperson säger: "Under tiden då jag var lidande trodde jag egentligen inte på något annat än mig själv. Och jag var egentligen som en stor egoist. Jag mådde så dåligt så jag såg bara mig själv. Jag levde nog i en stor lögn för jag trodde det inte var något fel i det jag gjorde då jag drack. Jag ljög både för mig själv och för andra också."

⁴²⁴ Jag utgår i denna studie från att om människan inte insett sin litenhet kan hon lura sig själv och tro sig påbörja en vandring mot hälsa, men den vägen kan i själva verket vara en villoväg. På denna väg upplever människan sig själv som stor och felfri och ser inte äkta på sig själv (och sina eventuella tillkortakommanden) vilket inte leder till hälsa utan består utav en massa fallgropar dit människan faller. Ett citat av en forskningsperson lyder: "Jag försökte trappa ner alkoholkonsumtionen ibland, och då den blev lite mindre så började jag ju förstås må lite bättre och kunde se ett litet ljus, men så barkade det alltid dit igen ...[...]. Jag tyckte nog alltid att jag var en kung...[...]. tills det åter barkade åt skogen. Och för varje gång det skedde så föll jag djupare och snabbare än någonsin. Det blev värre efterhand...[...]. Jag lyckades ju sluta dricka tack vare den vändpunkten i några månader, allt gick väldigt snabbt. Allt blev mycket bättre fort, för fort antagligen, för jag trodde att det var jag själv som hade slutat av egen kraft och folk frågade mig hur jag hade lyckats vilket gjorde att jag tog äran åt mig själv och igen växte mitt ego."

inte vara stor längre, någon annan får vara det i stället, för *hon* ingår ju i en stor helhet där hon själv inte bär huvudrollen och *hon* behöver inte ensam bära all tung börda längre. Det finns en tillvaro av en högre dimension och hennes egen del utgör bara en liten beståndsdel, dock som del av helheten, men inte som avgörande för helheten. Det här kan ge henne en upplevelse av frihet och en stunds vila från skuld. Den som lider bär ofta även på skuldkänslor för sitt lidande och anklagar sig själv⁴²⁵. Att vara lidande kan ofta också innebära skamkänslor⁴²⁶, skam över det faktum att hon *är* lidande. Att hon får vara liten och får vara lidande gör även att hon inte behöver skämmas längre och även därmed blir fri från eventuella upplevelser av skuld och skam. Människan som blir varse om sin litenhet ser annorlunda på sitt lidande och sitt liv, vilket kan ge henne kraft att se hopp och varda i hälsa. Kraftkällan förändrar med andra ord människans perspektiv⁴²⁷.

I litenheten och svagheten har människan tillstånd att okonstlat få vara sig själv, utan att ständigt känna press på att behöva prestera något⁴²⁸. Människan antas även vara lyckligare genom att inte ständigt eftersträva fullkomlighet utan i stället släppa kontrollen, acceptera verkligheten sådan den är (t.ex. resultat sådana de är här och nu), och inte bli kvar i tankar om hur det kunde eller borde ha varit. Det vilar en

⁴²⁵ En forskningsperson talar om skam och skuld: "Nog fanns det en oro över vart det här skulle leda och den där känslan av att jag är dålig. Jag jämförde mig med andra som nyligen genomgått samma lidande som jag och som verkade klara allt så bra ...[...]... och så tänkte jag att det måste vara något fel på mig ...[...]... Vad ska andra tänka och tycka om mig, tänkte jag. Det var både skam- och skuldkänslor...[...]..."

⁴²⁶ Det är oerhört viktigt att få känna att man duger och att man är duktig, så att man får mod och ny kraft att gå framåt. I grunden är det ens självkänsla och känsla av eget värde som människa, ens värdighet som man behöver byggas upp från grunden hos sig själv genom att både ge och ta emot kärlek.

⁴²⁷ Ett citat av en forskningsperson lyder: "Vändpunkten kom hos psykologen som sade att jag skulle välkomna det faktum att jag kände mig liten och ensam. Tack vare vändpunkten började jag se saken ur ett helt annat perspektiv. Men jag insåg det senare att jag borde ha tagit itu med sorgen i stället för att tränga undan den för jag grät otroligt mycket under den där tiden. Men jag försökte att inte gråta inför min man och barnen. Det var nödvändigt att gå till botten och tömma allt för det var så mycket sorg som jag hade skjutit undan under en så lång tid. Det blev nästan en njutning. Det blir så kraftigt så när man ger efter då man har mått så dåligt under en så lång tid. Samtidigt som man mädde fruktansvärt illa så blir det en lättnad att få gå in i den där sorgen och få vara egoistisk. Och att få vara där ensam i sin egen sorg och få vara liten. För som barn fick jag ju inte vara liten så nu fick jag vara det i stället."

⁴²⁸ En forskningsperson säger: "För att få ny kraft så tillåter jag mig att gråta ...[...]... Jag låter mig själv vara svag för att sedan vara stark. Jag tror att man måste få vara svag för att orka samla nya krafter." Ett annat citat lyder: "Jag tror att man är lyckligare genom att inte hela tiden sträva efter att vara perfekt."

stor trygghet i insikten om att man får vara liten och inte behöver vara stor, eftersom den abstrakta andra är stor. Det uppstår glädje genom äkta gemenskap⁴²⁹.

Först när människan förlåtit sig själv och andra kan hon tillägna sig kraft och varda i hälsa. Om människan inte fullt ut accepterat sitt lidande och inte försonats med det, visar hon heller inga tecken på det faktum att litenheten utgör en resurs. Den människan lyfter i stället fram de egna behoven väldigt starkt, som att själv regera, styra och ställa över livet och därigenom själv ha makten genom sin ständiga strävan efter att vara stark. Denna människa har inte kunnat inse att lidandet utgör en del av livet och jaget och hon har därmed inte fullt ut erkänt sin litenhet eller vågat vara på lidandets botten och verkligen genomleva det. Det egoistiska regerar hos den som inte vågar vara i sin litenhet och människan blir då som ett litet barn⁴³⁰, där beroendet av andra växer sig starkt. Denna människa önskar att allt vore som tidigare och att det är andras ansvar att ta hand om livets omständigheter åt en. På ovanstående sätt kan lidandet te sig när människan ännu inte kan gå in i sitt lidande och verkligen vara i det, och hon är verkligt lidande eftersom hon aldrig på riktigt vill bemöta det utan hon vill ständigt bort från det. En människa som däremot försonats med sitt lidande uppvisar i stället en större ödmjukhet inför att livet både består av glädje och av sorg samt att hon samtidigt uppvisar en större omsorg för andras välbefinnande och inte bara sitt eget. När människan inser att lidandet utgör en naturlig del av livet skapas förutsättningar för ett *vardande i hälsa*⁴³¹.

Det kan vara befriande för människan att inte ständigt vara fången i tanken om att vara tvungen att kontrollera sin tillvaro och vara stark. Denna befrielse ger ett inre lugn som är kraftgivande⁴³². Genom ett möte i svaghet kan äkta gemenskap⁴³³

⁴²⁹ Ett citat av en forskningsperson: "Då Gud konkret är med mig varje dag så innebär det är en stor trygghet. Jag kör mycket bil i mitt arbete och då talar jag med Gud och sjunger [...]Jag är inte ensam längre då jag är ute och kör. Tidigare upplevde jag mig mycket ensam [...]och som ett mörker."

⁴³⁰ En forskningsperson säger: "Jag längtade efter att bli frisk och allting skulle vara som förut. Man blev som ett litet barn och gick tillbaka ganska mycket i åldern – eller först och främst så var jag i behov av hjälp med allting för jag orkade och klarade inte av något."

⁴³¹ En forskningsperson säger: "...att kunna acceptera allt hos sig själv är en viktig sak...[...] att möta sina skuggor och sitt mörker. Man behöver inte gilla det men att acceptera är att inse *det här är jag*."

⁴³² En forskningsperson säger: "Jag behöver inte ha kontroll över allting och det är befriande, för man klarar sig nog ändå, men säkert måste man ha uppleva svårare saker för att få det här lugnet."

uppstå eftersom svagheten utgör en stor möjlighet⁴³⁴. Enligt min tolkning innebär denna gemenskap vägen till kraftkällan där människan upplever kraft att varda i hälsa trots lidande.

Ibland kan människan även få kraft genom att i ensamhet få söka sin kraftkälla, utan att behöva diskutera öppet med andra. Trots lidande kan det finnas en längtan efter frid och efter ensamhet och tid för att sörja och för att få vara liten⁴³⁵. Människans väg går därmed sagt på något sätt via hennes svaghet för att hon ska kunna tillägna sig styrka. När människan är nära livets kärna och är ärlig inför livets omständigheter inser hon sanningen⁴³⁶ vilket ger kraft. Att inte se sin verklighet såsom den faktiskt är innebär ett större lidande i längden än att

Jag har alltid varit mogen för min ålder men det beror kanske på att jag gjort mig förberedd på det som komma skall...”

⁴³³ En forskningsperson uttrycker: ”Jag har upptäckt att människor som är utslagna, alkoholister...[...]... kan jag känna större gemenskap med dessa än med människor som har allt och lever sitt liv på ytan i det materiella ...[...].... Men de som inte har någonting har ingen prestige. I stället möter de livet som det är och de har accepterat – såhär är jag. Jag kan känna mycket större gemenskap med dessa utslagna än med de som är fina och rika och äger mycket. Gemenskap blir det nog riktigt på allvar först i svagheten.”

⁴³⁴ En forskningsperson beskriver svagheten: ”Jag tänker att vår svaghet är en resurs. Vi tänker ofta att det är vår styrka och vår framsida som är vår fördel och tillgång, men då det gäller det djupaste innersta så visar det sig att vår svaghet och till och med våra misstag kan bli en väldigt resurs bara vi accepterar dem och kan dela dem med någon. I delandet tror jag att det finns någonting viktigt. I mitt lidande så märkte jag att först i svagheten blir det äkta gemenskap. När människor möts i styrka så blir det kamratskap, det blir trevligt och bra men först när vi är svaga och människor börjar uttrycka sin svaghet till varandra uppstår en gemenskap på riktigt. Det där blev väldigt starkt för mig ...[...]... dvs. att man inte har någon fasad, utan att livet är vad man visar. I mitt liv så vill jag inte låtsas något annat än vad det är, och det blir en väldigt tillgång, jag får förtroende, jag får vänner och jag får glädje också. Och det är ju en inre befrielse också i att inse att jag inte behöver vara stark och inte låtsas annat än vad jag är.”

⁴³⁵ En forskningsperson talar om ensamhet: ”Jag klarade inte av att ta emot tröst så jag fick trösta mig själv. Att få vara ensam och tycka synd om mig själv var ett bra sätt att hämta kraft. För mig så var ensamheten inte skrämmande, utan det var rena lyxen. Jag tror det är viktigt för vårdare också att förstå att vissa människor bär på en så stor sorg att de inte klarar av att ta emot tröst. Man klarar nästan inte av att ta emot kärlek heller för man står inte ut med att höra att någon säger jag älskar dig... [...]... Jag minns att jag själv hade en djup längtan efter vitt. En frihetslängtan, att få göra sig fri från vissa tunga känslor, men jag måste alltid vara ensam för att klara av det. I ensamheten klarar jag av att möta de svåra känslorna. Alltid då jag är ledsen så vill jag vara ensam. Jag har sedan barn blivit inskolad med att vara stark tillsammans med andra, så för mig är ensamheten den bästa trösten. När man vet att både mamma och pappa är sjuka så vet man att det inte finns någon tröst att fås så då tröstar man sig själv. Som liten var jag inte van vid att mamma skulle ha tagit mig i famn och sagt *kom hit till mamma nu så blir allt bra*.”

⁴³⁶ Men *sanningen* menas här en sanning av universell och ontologisk karaktär.

verkligen se hur saker och ting förhåller sig. Det handlar om att ärligt se sig själv och att acceptera sig själv sådan man är. Sanningen och ärligheten är den väg som i det långa loppet innebär minst smärta och lidande och därför kan sägas vara mest barmhärtig. Att vara sann och ärlig inför sig själv gör att mörkret i lidandet kan öppna för den inre kraftkällan⁴³⁷. Utan ärlighet i livet utvecklas ingen mognad inom människan, dvs. hon kan inte varda i hälsa. Livet i sig är uppbyggt av en enkelhet som kan vara mycket svår att komma till insikt om och vägen dit kan vara lång.

Det sanna bygger på ärlighet och äkthet, inte på ytligheter och fasader som kan köpas för pengar. Människan som kommit så långt att hon är hemma i sig själv känner inte längre någon prestige men tillåter sig att uppleva svaghet och förmår se på livet sådant som det är, totalt avskalat⁴³⁸. I svagheten finns det styrka⁴³⁹. Även om det kan kännas hopplöst och tungt att möta sitt lidande är det genom att bemöta sin smärta och sorg, och sanningen i livet som människan kommer i rörelse mot tillväxt⁴⁴⁰. Paradoxalt nog är det även då det känns som allra mörkast⁴⁴¹ och då människan lider som allra mest och hon helst skulle vilja ge upp som hon kan dra fördel av att kämpa ännu lite till. Ofta kan det vara precis det som krävs för att människan ska nå den vändpunkt i lidandet som hon längtar efter⁴⁴².

⁴³⁷ En forskningsperson säger: "...[...]... att inse sanningen gör en fri från mörkret."

⁴³⁸ En forskningsperson säger: "Det vore viktigt för folk att bry sig mycket mera om kärnan än om skalet. Vår kultur värnar om skalet, fasaden, men livet finns i kärnan och det är dit man skall söka sig i stället för att hålla på och satsa på allt det ytliga, det materiella och på pengar. Att i stället satsa på de erfarenheter som egentligen betyder någonting. Det allra viktigaste i vårt liv får vi, vi skaffar det inte."

⁴³⁹ En forskningsperson säger: "Men jag har nog märkt det efteråt också ...[...]... att det finns en styrka i att man verkligen varit ledsen på riktigt, man kan få kraft av det."

⁴⁴⁰ Ett citat från en forskningsperson lyder: "Det är ju en slags sanningsfråga att inte leva med en förljugen självbild och en falsk verklighet. Sanningen är alltid barmhärtig och även om sanningen är smärtsam så finns det ingen barmhärtigare väg än sanningen. Hur eländigt det än är med mig, så om jag är sann och tar fram allt så är det ändå det allra bästa, där kan helandet och tillväxt ske. Men så länge jag ljugar och gömmer så sker inget helande och ingen tillväxt."

⁴⁴¹ En forskningsperson säger: "Jag tror att det kan vara som mörkast precis innan det vänder."

⁴⁴² En annan forskningsperson menar: "Det kan kännas som mest hopplöst just då när man faktiskt tillåter sig att lida, men det är också då det gör som mest gott åt själen och i längden...[...]... då det gör som mest ont och man vill ge upp, och känner att man inte orkar, det är då man ska fortsätta för när man har kommit över den tröskeln så blir det lättare igen på något vis."

9.6 Lidandets mörker och hemlighet skapar rörelse

Du kan börja med ingenting
och ur ingenting och utan några
som helst existerande möjligheter
kommer möjligheter att uppstå.

Michael Bernard Beckwith

Att uppleva mörkret i lidandet kan vara nästintill olidligt, men samtidigt kan det ge människan möjlighet att nå kraftkällan. Mörkret i det djupaste lidandet kan för människan bli någonting hon vill kämpa emot och därigenom kan hon få en oväntad stark handlingskraft. Medvetenheten om döden kan göra att människan tvingas göra ett val. Detta val står mellan att kämpa eller att ge upp. Rädsla för döden och människans i grunden inre längtan efter liv och kärlek kan göra att människan väljer att kämpa för livet i stället för att stagnera i sitt lidande och gradvis bli alltmer apatisk och livlös. Det är avgörande för människans väg tillbaka till hälsa att hon har varit i sitt lidande och upplevt mörker och tvivel, eftersom detta möte kan ge kraft⁴⁴³. När människan vågar möta och vara i sitt lidande förmår hon välja riktning. Hon förmår välja livet. Det är väsentligt att människan verkligen vågar möta sitt lidande för att hon åter skall kunna börja vandra mot hälsa. Genom att se livet i ljuset av döden kan hon tvingas välja färdriktning.

Jag såg på lidandet som ett mörker, någonting svart. Jag blev på något sätt förlamad i mitt djupaste lidande, allt var stilla och jag kunde inte röra mig. Jag kommer ihåg att jag kunde vara ute och fiska och ligga i båten och känna att jag skulle dö där och i

⁴⁴³ En av forskningspersonerna uttrycker sig såhär: " ...[...]... jag tror det är en förutsättning för att nå en mogen hållning att man har gått igenom de där kriserna, och det har jag nog gjort. För mig var det oerhört avgörande tider de här när jag hade min livskris." Ett citat av en forskningsperson lyder: "Efter att ha varit på botten av lidandet fick jag plötsligt en känsla av att jag inte längre ville må dåligt, utan att jag måste leva här och nu. Och det fanns inte så mycket att välja mellan för jag ville aldrig tillbaka till det tillstånd som jag var i då jag var i mitt djupaste lidande. Jag blev bara trött på att må dåligt...[...]... Jag kände att jag hade sett så mycket smärta så om jag skulle hinna göra någonting bra av livet så var jag tvungen att göra det nu." En annan forskningsperson säger såhär: "Ett sätt att komma ur mitt lidande var att vara väldigt ledsen och gråta först. Det var sedan viktigt att få vara arg, för den där ilskan måste få komma ut. Efter tårarna så kom med andra ord ilskan, och känslan av att jag skulle ha varit värd något bättre som barn. Och samtidigt då man tycker sig ha varit värt något bättre så finns det ju en kraft i det, då ger man ju sig själv ett värde. Ilskan ger alltså energi som kan vara en kraft att ta sig ur lidandet."

den stunden precis då. Jag upplevde lidandet som en rörlig ström där jag på något sätt skulle slukas med. Men det var viktigt för mig att nå botten inran jag kunde börja gå uppåt.

I djupet av lidandet kan människan uppleva tillvaron som tom och som om hon blir till "ingenting". Att människan inom sig till slut känner "ingenting" kan, hur motsägelsefullt det än verkar, ge kraft som igångsätter en rörelse mot hälsa eftersom människan vill komma bort ifrån detta "ingenting", som kan te sig skrämmande och otryggt för henne⁴⁴⁴. I lidandets djup finns mycket tvivel, vilket dock kan ge människan oanad kraft. Ängest och även tanken på döden kan väcka upp människan från en gråzon där hon kanske nästintill apatisk finns och uthärdar i sitt lidande dag för dag, utan att varken välja riktning eller kämpa för livet. Döden kan utgöra ett hot som människan är rädd för och väljer att kämpa emot⁴⁴⁵. Döden ger livet visshet så att varje dag blir som en gåva⁴⁴⁶. I lidandet är det livet som står på spel. När väl människan återfått lite kraft och energi är det avgörande att hon gör ett medvetet val för att kunna gå vidare⁴⁴⁷. Hon har alltid åtminstone två val att välja mellan. Det handlar om en slags överlevnadsinstinkt som plötsligt blir aktiv då människan är i lidandets mörker och står inför valet. För att människan ska ta

⁴⁴⁴ En forskningsperson säger: "Jag tror att det krävs att man ska ända ner till botten för att nå upp igen för innan jag själv hade nått till botten så gick det på något sätt att leva med den där smärtan. Men då jag nådde botten av mitt lidande så gick det bara inte att leva med smärtan längre. Den blev så outhärdlig så jag var tvungen att göra något för att uthärda...[...]... Det låter kanske konstigt men jag är glad över att jag till sist blev väldigt dålig. Innan hade jag inte någon verklig orsak att kämpa. Jag kämpade inte utan jag flöt liksom med strömmen bara. Jag är tacksam över att jag har varit på botten för idag tänker jag att dit vill jag aldrig igen...[...]... den tillvaron i det allra mörkaste, i hopplösheten, gjorde att jag bara ville därifrån. Man fick liksom kraft av att känna ingenting till sist. Jag blev så trött och arg på det så jag blev tvungen att försöka göra någonting åt det. Jag tänkte att jag måste ge mig själv och livet en chans till."

⁴⁴⁵ En forskningsperson uttrycker: "Jag kände på allvar tvivel på lidandets botten. Jag tänkte att det här kommer jag inte att klara av, hjälp mig, jag sjunker, tänkte jag ...[...]... Kanske fanns det även en tanke inom mig att under mig så fanns bara döden kvar ifall jag skulle sjunka ännu lägre. Jag var nog lite rädd för det. Det var nästan som en dröm i den där stunden, man kände fysiskt i hela kroppen att man sjönk neråt, och man bara ropade på hjälp inombords. Man blev samtidigt både lamslagen och skräckfylld"

⁴⁴⁶ En forskningsperson säger: "Då det gäller döden så är det kanske insikten om livets förgänglighet och korthet och provisorium som gör att det blir så starkt och levande. Att ingen garanti för att det är mer än en dag i livet. Döden kommer in till livet med just den vissheten, att varje dag blir som en gåva."

⁴⁴⁷ En forskningsperson säger: "Vartefter vi återfår kraft så är det väldigt viktigt att vi väljer väg."

sig upp ur det djupaste lidandet och få kraft nog att inleda kampen i lidandet krävs att hon erhåller en gnutta hopp.⁴⁴⁸

Plötsligt så ser man bara klart mitt i allt det kaotiska man befinner sig i. Man tänker att antingen så mår jag bra eller så fortsätter jag att vara här i detta elände. Jag fick den här instinkten först efter att jag hade återfått lite mera kraft, om det sedan var medicinen eller terapin som gav den, det kan jag inte säga. När jag var riktigt in i det värsta lidandet så var jag ganska nollställd, jag kunde inte fungera. Men efter det så fick jag troligen någon form av överlevnadsinstinkt.

9.7 Genom att ge kärlek fås kärlek och kraft tillbaka

När människan ger kärlek så får hon kärlek tillbaka. En stor tröst och hjälp kan paradoxalt nog erhållas genom att människan tröstar och hjälper en annan människa, trots att hon själv känner sig liten och som den som är i behov av att få hjälp och stöd samt bli tröstad⁴⁴⁹. Kraftkällan kräver människans genuina engagemang där hon liksom försätter sig själv på spel genom att låta kraftkällan ta över henne och verka genom henne. En stor kraft kan alltså erhållas genom att låta kraftkällan komma in i människan och ”ta över” så att hon agerar utifrån dess väsen. När kraftkällan har tillägnats människan, dvs. dess kärlek, frigörs en kraft vilken möjliggörs när människan trots eget lidande och behov av tröst får finnas till för en annan människa och ge kärlek samt tröst. Därigenom växer hon i sin mänsklighet som människa. Det här innebär att hon har låtit kraftkällans väsen komma in i henne och blivit en enhet med den. Genom att trösta någon annan får människan själv tröst och kraft tillbaka. Det som människan i sann mänsklighet ger ut av sig själv, genom kraftkällans väsen, kommer åter till henne⁴⁵⁰.

⁴⁴⁸ En forskningsperson säger: ”Jag tror att det är hoppet som driver en, man kanske inte alltid känner av det själv men ändå så finns det en liten gnutta kvar av det. Man ger aldrig upp hoppet egentligen så länge man lever, för när man har gett upp det så har man valt det andra alternativet dvs. döden.”

⁴⁴⁹ En forskningsperson uttrycker sig såhär: ”Jag har upptäckt att den bästa hjälpen och det bästa sättet att hjälpa sig själv så är att hjälpa andra. Att hjälpa andra det är att hjälpa sig själv.”

⁴⁵⁰ Såhär menar en forskningsperson: ”Jag lever ju i tron att allt som sker är meningen men att man själv styr. Allt man sänder ut till universum så får man tillbaka.”

9.8 Ödmjukhet är vital för tillägnelse av ständig kraft

Att människan har förmåga att vara förnöjd med livet sådant det är och t.ex. njuta av en helt vanlig vardag är väsentligt för att nå kraftkällan och tillägna sig dess kraft. Att vara ödmjuk och kunna försonas med både sina goda och mindre goda prestationer i livet är viktigt för att kunna nå kraftkällan. Det är viktigt för ens välbefinnande att kunna acceptera att ibland så lyckas det inte för en, ibland kanske man misslyckas eller rent av förlorar t.ex. i en tävling. Men då är det viktigt att tänka att man inte alltid kan vinna och att någon ska vara den som förlorar också. När människan intar evighetens perspektiv kan hon genom detta sätt att se inse att det också kan upplevas bra att även vara den som förlorar. Livet går inte under för att hon misslyckas, solen går upp följande dag igen och livet har sin gilla gång. I stället gläds människan åt det faktum att hon har fått vara med (t.ex. en tävling), och har haft möjligheten att ha varit delaktig av ett större sammanhang (som evigheten styr) som hon själv inte styr och inte heller behöver kontrollera. Hon kan känna glädje över att hon fått uppleva gemenskap, och hon är lycklig över att någon annan fått vara vinnaren. Perfektion utgör inte idealet. För den som ser med evighetens ögon och vilar i det eviga kan hon luta sig tillbaka och känna frid och nöja sig också med det som inte är perfekt (eftersom det hör till människans väsen att hon inte är felfri). Däremot upplever människan glädje genom medvetenheten om kraftkällans existens. Ödmjukhet utgör någonting väsentligt för att kunna må bra, att kunna vara till här och nu och inte alltid sträva efter någonting som är bättre.⁴⁵¹ Det handlar om att kunna vara förnöjd med det enkla i livet och vara ödmjuk inför livet.

⁴⁵¹ En av forskningspersonerna säger: "Ibland kan jag önska att jag skulle ha velat ha ett annat slutresultat på jobbet, men då brukar jag försöka tänka att den här dagen var såhär och därför måste det också få vara bra så. En annan gång är situationen en annan och då blir det kanske annorlunda. Att inte fastna i tankar om hur det borde eller kunde ha varit är viktigt för mig, då orkar jag vidare. Man borde vara lite snällare mot sig själv. Man borde inte gräma sig och älta varför det gick så dåligt, ibland går det sämre och då får man helt enkelt vara nöjd med det. Det här är jag och det jag presterade idag, men imorgon är en ny dag."

9.9 Tro på kraftkällan skänker inre visshet och ödmjukhet genom livets provisorium

Genom mötet med kraftkällan och tillägnet av den blir människan ödmjuk. När människan har en ödmjukhet som är sann vill hon även bevara sin hälsa och sitt liv eftersom hon sätter stort värde på dessa⁴⁵². Människan kan lura sig själv om hon ensam försöker vara stor och kraftfull och inte tillåter den abstrakta andra att få komma in i hennes liv. Om hon blundar för den abstrakta andra kan hon förlora kraften och därmed sin ödmjukhet. Då mister hon kraften att varda i hälsa och blir kvar i sitt lidande. Det är alltså väsentligt att människan förblir ödmjuk och aktivt eftersträvar att förbli det. I följande citat⁴⁵³ kan man se hur ödmjukheten på olika sätt både är förutsättning för kraftkällan liksom resultatet av mötet med kraftkällan: "En förutsättning för att kunna bli frisk var att svälja min stolthet och bli mer ödmjuk." Om människans ego växer sig för stor tränger det ut den abstrakta andra och människan förlorar kraften. En människa som inte fullt ut har accepterat eller genomgått sitt lidande upplever inte heller behov av att offra på ett abstrakt (eller andligt) plan, utan hon gör bara påtvingade uppoffringar på ett konkret, fysiskt plan. En forskningsperson tolkades inte fullt ut ha försonats med eller bearbetat sitt lidande på djupet, så som de övriga forskningspersonerna, och hon uttryckte sig på motsatt sätt i jämförelse med de övriga kring nödvändigheten av att offra i lidandet, nämligen såhär: "Alla biverkningar har begränsat mycket så det var bara att acceptera att jag blev tvungen att offra en hel del." Det ligger en stor skillnad mellan att tvingas offra inför något konkret som kanske motvilligt rycks ifrån en. Det finns även en stor skillnad mellan att inse sin litenhet genom att frivilligt överlåta och offra sig själv inför någonting abstrakt som människan bara

⁴⁵² Enligt min tolkning i den här studien kan en ödmjukhet som är osann kan orsaka ökat lidande. Människan kan bygga upp en fasad av falsk ödmjukhet, vilket betyder att hon till varje pris har en önskan om att framstå som ödmjuk inför andra. Människan vänder då ständigt kappan efter vinden, på grund av att hon i själva verket inte förmår stå för sina egentliga ståndpunkter. I det långa loppet resulterar det här i att människan skadar både sig själv och andra, även om hennes avsikt i grunden var att göra gott, men lidandet ökar på alla plan eftersom hon genom att frångå sin värdegrund och inte vågar stå för det hon tror på och det hon själv är kränker både sin egen och den andras värdighet. Jfr en forskningsperson som säger: "Men det finns mycket falsk ödmjukhet som inte är sund och kan bli farlig. Det kan innebära att man på alla sätt och vis är anspråkslös eller har dålig självbild och därför inte vågar stå på sig."

⁴⁵³ Ett citat av en forskningsperson: "Jag har många gånger tänkt att jag är lyckligt lottad och jag har känt en otrolig tacksamhet över att just jag fick ännu en dag på den här jorden, för det får inte alla. Och en viss drift samtidigt att se till att den här dagen blir så bra som möjligt för mig och gärna för andra också. Där har jag själv kanske misslyckats flera gånger."

blint ska förlita sig på. När människan motvilligt tvingas göra uppoffringar finns det ingen vila i lidandet, där glädje och hälsa kunde glimta fram, utan lidandet har i stället en ihållande negativ karaktär. Att offra för att komma in på vägen som leder till kraftkällan handlar även om att tillåta tvivel i sitt liv och våga ifrågasätta det man hittills trott på. Tvivlet kan vara den felande länken, den kraft som sätter i gång en rörelse mot hälsa. Genom att människan på något plan vågar bemöta sina inre tvivel och utsätta sin egen hållning i livet för kritisk granskning banas väg för att hon inom sig ska kunna finna kraft.⁴⁵⁴

Genom att ha tro på livet, en tillit till livet som gör att människan vågar tro på en godhet som vill henne väl kan hon uppleva en tillförsikt som utgör en väg till hälsa. Att våga blicka framåt och ställa upp små mål, trots vetskapen om risken för misslyckande, kan efterhand ge människan allt större mod att ställa upp fortsatta mål i livet. Att ha tillförsikt till den abstrakta andra ger stark inre visshet som ger frid. Att öppna sitt inre för sig själv är viktigt för att kunna tillgodogöra sig kraft. Att våga visa svaghet ger styrka. Utan tro eller tillit till livet kan människan inte leva fullständigt⁴⁵⁵, vilket kan ta sig uttryck i att hon t.ex. är så rädd för döden att

⁴⁵⁴ Ett citat av en forskningsperson: "Det fanns mycket tvivel inom mig då jag hade min livskris...[...]... Allting skalas ju av en [i lidandet] och man har bara sin person så man frågar sig vem är jag? ...[...]... tolkningen av min tro, Gud ...[...]... jag gick på retreat, dvs. tysta dagar då man samlas kring ett tema och de har endast lite samtal men där det är tystnaden som är avgörande. Genom kontakter från olika håll fick jag synpunkter som för mig öppnade upp nya vidder och jag blev befriad från tvivlet. Jag blev befriad från en inkräkt hållning till en bredare och öppnare...[...]... tvivel är väl också en sida av tron. Tvivlet kan givetvis vara så starkt att det inte går att tro, men också den som tror har alltid kvar ett litet tvivel ...[...]... den här första tiden [av lidandet] så hade jag stor bitterhet och besvikelse. ...[...]... Det var mycket existentiella tvivel. Men det var nog en förutsättning att jag tvivlade på Gud för att kunna få tillbaka tilliten." ...[...]... "Jag har ju haft väldigt stort självtvivel, på min egen förmåga och mitt eget värde som människa. Man måste nog på något vis via tvivlet för att hitta styrkan. Tvivlet blir ett slags motstånd som gör att man måste slåss och övervinna. Jag måste ständigt prestera något för att bevisa för mig själv att jag duger, för att stå emot tvivlet och värdelösheten. Det handlar både om tvivel på sig själv och sitt värde som människa och även tvivel på livet, vad det är för mening med allt...[...]... Men framförallt att livet inte ska förklaras utan det ska levas. ...[...]... Man måste tillåta sig att ...[...]... och ta ett steg tillbaka och granska sin egen position. Man måste se kritiskt på sin egen hållning och se om den håller. Det handlar om både tvivel och kritisk granskning av sin egen hållning..."

⁴⁵⁵ En forskningsperson talar om döden: "Jag tycker att det är tråkigt för de som är rädda för att dö. För ...[...]... det kommer vi ju alla att göra förr eller senare. Är man rädd för att dö så är man också rädd för att leva." En annan talar om tron och livet: "Tron liksom varje relation handlar om att våga ett språng ut i en liten tomhet. Varje relation kräver en viss satsning där jag inte har några garantier, men jag måste själv våga ett språng som kan misslyckas. Så är det med tron också: livet kan inte bevisas, jag kan inte räkna ut och förklara utan jag måste leva det och våga utan att veta

hon inte vågar leva. När människan bevarar hoppet kan hon tillvarata kraftkällan⁴⁵⁶.

Det är viktigt att människan försöker se en mening med lidandet och aktivt själv eftersträvar återskapande av livsmening⁴⁵⁷. Om hon inte gör detta går hon i stället in i bitterheten och blir kvar där, vilket innebär ett fördjupat lidande där hon inte lyckas bearbeta sitt lidande eller t.ex. en sorg. När människan ser en mening har hon nämligen en orsak att kämpa för livet. Människans skapande av mening behöver inte enbart handla om att forma en meningsfull tillvaro här och nu utan hon kan även skapa mening inför tanken på det som ska komma efter döden⁴⁵⁸. Det är således nödvändigt att göra medvetna val i lidandet och försöka kämpa framåt även då det är mörkt. Människan gynnas av att tvinga sig själv att ta små steg ut i livet igen, trots att lidandet inte är borta. Att kasta sig ut i en osäker framtid och förlita sig på hoppet förutsätter tro. I slutändan är det människan själv som kan förändra sin situation⁴⁵⁹, hon kan finna en väg till hälsa bara om hon själv vill. Men den vägen antas således vara hennes egen väg ur lidandet. Genom att

ibland. Ska man vänta tills man har bevis för allt så förlorar man livet och så far livet förbi en. Innan livet far förbi en så måste man ta steget utan garantier vilket kan lyckas eller misslyckas ...[...]... jag tror att tron är mycket bättre än tvivlet, och att ha ett ja inför de här stora frågorna i stället för ett nej betyder väldigt mycket. Det handlar om att kunna anförtro sig åt någon. Det är inte en sanningsfråga i första hand utan jag uppfattar det som att ett tvivel är ett nej och tro är ett ja. Ett ja är att ha tillit, tillit till livet, till Gud, och den som räknar med Gud tror jag får en tillit till livet mycket lättare än den som inte har någon sådan grund...[...]... att få en tillit där verkligheten inte vill mig illa utan vill mig väl är inte en slump heller men tror man på en aktiv godhet betyder mycket för ens hälsa...[...]... När jag drabbas av kris så får jag nog också de symptom som alla andra får men jag tror att tron på Gud betyder för mig i grunden någonting positivt. Men det förutsätter att tron och Guds bilden är sund och att det sammanhang man lever i är sunt.”

⁴⁵⁶ En forskningsperson uttrycker sig: ”Ger man upp så är det ju kört. Man måste våga tro även om man inte vet hur det kommer att gå. Man måste tvinga sig att göra någonting annars överlever man inte.”

⁴⁵⁷ En forskningsperson lyfter fram: ”Det är även viktigt att gå in för att återskapa mening i livet, att skapa mening i det meningslösa, för det som har hänt har hänt. Meningen med livet är ju vad vi ägnar oss åt och vad vi skapar för mening i livet. Att vi gör det som är meningsfullt. Att man inte går med i de där tankarna om bitterheten, avundstankarna som ju också kommer och som tillhör sorgen.”

⁴⁵⁸ En forskningsperson uttrycker sig med glimten i ögat men dock med en smula allvar i tonen såhär: ”Jag har en positiv livssyn och tro på att det ska finnas någonting mera än det här jordelivet, inte kan det ju ta slut bara sådär. Jag har t.ex. redan många planer för nästa liv!”

⁴⁵⁹ En forskningsperson säger: ”Jag tänkte att egentligen så går allting. Allt sitter i huvudet: hur man mår, hur man uppfattar saker och ting och vilken inställning man tar till olika saker. Det går iallafall att börja tänka positivt och börja tycka om livet igen. Man är inte sin sjukdom om man inte låter sig själv bli det.”

förlita sig på tro och hopp möjliggörs att hon finner en sådan väg. På vägen till hälsa borde hon ibland våga förlita sig mer på en annan än på sig själv⁴⁶⁰. Det är viktigt att bara ta tag i något, t.ex. små saker i vardagen (vardagssysslor) för att komma sig upp och framåt i lidandet, för att inte bli kvar och aldrig komma vidare⁴⁶¹. Det är viktigt att inte överge hoppet trots att det känns tungt, för det finns alltid en gnutta hopp att finna, även i hopplösheten. Där det finns hopplöshet finns det en rörelse och en längtan efter hopp, dvs. möjligheter, men i tomheten finns ingen rörelse längre, dvs. det finns ingenting och inget hopp. Människan kan själv medverka till att bli mer positiv genom att aktivt försöka finna det som är positivt⁴⁶². I början kanske det krävs att människan tvingar sig att välja att fanga in någonting positivt. Ens uppfattning om livet omkring en påverkar välbefinnandet.⁴⁶³

För mig så var det viktigaste för att komma mig ur lidandet att jag bestämde mig att det kan bli bra och att det ska bli bra. Och att jag försökte hålla kvar den tanken trots att det tog många år. Jag försökte hålla fram det som var bra...[...]... Jag ser idag mer

⁴⁶⁰ En forskningsperson uttalar sig såhär: "Det är viktigt att inte ge upp. Och att ta en stund i taget när allt är svart, för det blir bättre. Egentligen finns det inte så mycket mer att säga för alla måste hitta sin egen väg ut. Vägen går via hjälpen av andra, men man måste hitta sin egen väg. Ibland när det blir riktigt hopplöst måste man våga lita mer på en annan än på sig själv, även om det känns svårt."

⁴⁶¹ En forskningsperson uttalar sig såhär: "Om man mår dåligt så måste man ta tag i någonting, man kan inte bara ligga och gråta hela dagen. Men det får inte vara för stora saker, helt vanliga vardagssysslor är bra." Ett annat citat av en forskningsperson lyder: "Det här mörkret [lidandet] tar ju över en helt om man inte har någon som hjälper. ...[...]...men i grund och botten så måste man själv göra någonting. Alla de små vändpunkterna som man möter tror jag att så småningom leder till att man tar ett beslut att nu gör jag någonting åt det, trots att det gör ont. I situationen skulle det ju vara enklare att dö, men det som behövs i grunden är hopp och det måste man hitta hos sig själv. I grunden finns det någon typ av livsglädje och livslust. När det är som svartast så då har man den inte, men bara man tar sig igenom de mörkaste stunderna så finns det livslust i grunden – man vill egentligen leva."

⁴⁶² En forskningsperson säger: "När man börjar se mönstret att det efterhand blir lugnare och ljusare dagar, som avlöses av svårare och mörkare dagar och att det fungerar enligt det mönstret så blir ju det till en kunskap som ger visshet. ...[...]... och så kommer det där ljuset tillbaka och då man har sett det några gånger så inser man att det är såhär det fungerar, att inget är beständigt. Man inser att mörker och ljus avlöser varandra, och att jag inte blir kvar i det här mörkret, och det gav mig hopp."

⁴⁶³ En forskningsperson säger: "Jag försöker vara realistisk och inse att jag är sjuk men jag tänker samtidigt att allt man kan drömma om kan man också göra. ...[...]... Det är bara hur man uppfattar livet som avgör hur man mår. Jag har ett inre lugn som gör att jag inte bryter ihop. Visst har jag haft stunder då jag själv brutit ihop och tänkt att det inte går längre, men det är ju bara en motgång, man ska ju vidare."

positivt på livet eftersom jag tvingar mig att hitta det positiva. Det finns hopp, man ska inte sluta tro på det. Det går även om det kanske tar tid. Och man kanske inte hittar det där hoppet men det finns nog där någonstans. Hoppet finns där någonstans, men man kanske inte alltid ser det.

Vägen till kraftkällan kan bestå av att blicka framåt, ställa upp små mål för sig själv, trots att lidandet kan te sig outhärdligt. Ett mål kan vara bara det att försöka orka leva en minut, huvudsaken är att blicka framåt och sikta på någonting. En forskningsperson talar om små ögonblick i lidandet som öppnade för en vändpunkt och stunder som gav hopp:

Jag minns då jag kom till en dag då jag kände i bara några sekunder att det kändes bra. Jag var ute på min vanliga promenad, jag promenerade tre gånger om dagen trots att jag hade träningsförbud. Jag minns att jag hörde några barn som lekte, och oftast när man har denna sjukdom så ser man nästan ingenting annat än sitt eget. Men för cirka tre sekunder upplevde jag att det var lugnt och jag kunde nästan känna mig glad. Och det var en väldigt kort stund, men det gjorde att jag kom ihåg hur det kändes innan jag blev sjuk. Jag tror det var första gången jag fattade att det här [lidandet] kanske är någonting som det faktiskt går att göra någonting åt. Så jag fick lite hopp. Jag vågade börja tro att livet kanske kunde bli bra. Så det var för mig en liten sak som fick väldigt stor betydelse för fortsättningen av mitt tillfrisknande. Denna förnimmelse som varade för några sekunder var en enormt stor kontrast till det som var min vardag, som annars bestod av att jag antingen mådde dåligt eller väldigt dåligt. Det fanns liksom inte dagar då det var känt bra. Jag hade varit så många år i detta så de där sekunderna gjorde att jag mindes en bättre tillvaro och gjorde jag tänkte att det där är någonting som jag skulle vilja ha. Denna lilla vändpunkt hade större betydelse än jag då förstod, för det här är någonting som jag kommer ihåg glasklart, och det är väldigt få saker som jag minns.

Målen är viktiga eftersom upplevelsen av att ha gjort framsteg ger hopp och ny kraft⁴⁶⁴. Hoppet återskapar kraften. Det är alltså viktigt att ställa upp mål, även om lidandet gör att någon mening inte kan urskiljas⁴⁶⁵. Kraftkällan har potential att ge

⁴⁶⁴ En forskningsperson säger: "Denna tanke [den inneboende livslusten och kärleken till nästan] gav mig lite hopp och jag tänkte att jag försöker leva två minuter till, eller en timme till, kanske någonting ändrar."

⁴⁶⁵ En forskningsperson säger: "Det kan kännas som mest hopplöst just när man faktiskt tillåter sig att lida, men det är också då det gör som mest gott åt själen och i längden ...[...]... då det gör som

människan inre visshet på ett djupare plan än det känslomässiga (tack vare härstamningen från den abstrakta andra och det eviga). Det här innebär att trots att människan mår dåligt och kanske t.ex. upplever ångest så kan hon samtidigt vara medveten om en annan existentiell tillvaro, en annan dimension, som skänker henne glädje och frid. Mötet med kraftkällan gör att människan upplever tacksamhet, trygghet och hopp om att livet segrar⁴⁶⁶. Trots att kampen där människan möter sitt lidande kan vara både ensam och tung att genomgå är det först efter att hon genomlevt sitt lidande som hon kan inse hur en mening ändå kan tona fram ur ett till synes meningslöst skeende⁴⁶⁷.

mest ont och man vill ge upp, och känner att man inte orkar, det är då man ska fortsätta för när man har kommit över den tröskeln så blir det lättare igen på något vis ...[...]... Det var ju väldigt svårt, jag försökte se de där framstegen sen då jag blev lite bättre, men allt gick så långsamt framåt så jag hittade liksom inget positivt. Det var mera mina närmaste som hittade de positiva sakerna och sa åt mig ...[...]... Ja, egentligen så var det små konkreta saker som jag tog fasta på, sedan då jag började orka ta fasta på någonting.”

⁴⁶⁶ Ett citat av en forskningsperson: ”...[...]... då [i mötet med kraftkällan] kände jag mig bara väldigt tacksam och glad och då visste jag med ens att jag inte skulle dö. Då försvann även all dödsångest och rädsla och jag insåg att tack vare det liv som jag hade levt så skulle jag ha möjlighet att hjälpa andra människor och att det skulle vara min styrka då jag kunde visa på att det finns en väg ut ur eländet.”

⁴⁶⁷ Så här säger en forskningsperson: ”I det djupaste mörkret så upplevde jag mig totalt ensam. Det är först sedan med facit i hand som jag har funderat hur jag klarade mig och kom igenom lidandet, och då kommer den där tanken att jag kanske blev buren av Gud iallafall. Men det tar nog lång tid innan man kan återuppleva tacksamhet inför livet då man hamnat i det mörkaste lidandet. Det går inte att beskriva. Det är så allomslutande, så kaotiskt och stormigt att vara i det där mörkret.” En forskningsperson beskriver hur det kan upplevas att ha tillägnat sig kraftkällan: ”...[...]... det är en visshet på ett djupare plan än det känslomässiga livet. Tilliten och tron handlar om en existentiell tillhörighet eller att inte bli övergiven, även om jag dör. Döden är ju också på ett sätt det stora hotet. Jag har en tillhörighet där jag inte är ensam och inte övergiven. Att bli övergiven är bland det tyngsta en människa kan vara med om. Som barn, som gift och i världen är det väldigt tungt när den som man litar på sviker och man känner sig övergiven. ...[...]... men jag har inte alltid en glad trosförnimmelse, och när jag har det svårt så kan jag inte alltid be ens, jag kan gråta och jag kan bara sucka till Gud men inte få ett svar. Men också denna suck så är ett uttryck för något slags tillhörighet som jag vet att finns där som innebär att också även om jag dör så är jag buren. Så det här med att känna tillit och ha en tro är för mig inte bara en känslorfarenhet, utan det är en existentiell erfarenhet. Det kan hända att jag i en svår situation med mitt förstånd måste inse att nu är det så här och jag känner så här men jag låter det inte ta över så att det avgör mitt tillstånd. Känslorna finns, de är negativa men samtidigt vet jag om en annan verklighet också som jag håller vid. Det är en slags visshet som jag är medveten om. Det är en trygghet, men det är också på det känslomässiga planet och handlar det mer om den där inre vissheten om en annan verklighet, för jag kan ha ångesten samtidigt men i botten så räknar jag med en annan verklighet där jag vet att jag inte är glömd och där jag inte är övergiven. Men det är klart att även för den troende kommer det stunder när allt mörknar. Men jag har lärt mig att också i de mörkaste stunder så är jag buren. Det är en inre visshet om en annan verklighet som är djupare och starkare än mina känslor ...[...]...

9.10 Sammanfattande teser

Nedan sammanfattas helhetsförståelsen i form av teser utgående från förförståelsen och min tolkning av intervjutexterna. Sökandet efter svar på forskningsfråga ett⁴⁶⁸ formade följande induktiva teser:

1. Människans kraftkälla är kärleken som har sin grund i den abstrakta andra.
2. Kraftkällan omsluts av en mystik som upprätthåller dess kraft och som ger livet nytt ljus.
3. Mötet med kärlekens urkraft bekräftar människans värde.
4. Kraftkällan omsluts av en mystik som upprätthåller dess kraft och som ger livet nytt ljus.
5. Kraftkällan som bär evighetens drag står i förbund med evigheten och har därmed outtömlig kraft.
6. Kraftkällan själv skapar rörelse i *människans vardande* genom hennes medvetenhet om sin förbundenhet och delaktighet med livets storhet och det eviga som ger henne mål och mening. Medvetenheten om kraftkällan väcker ett inre begär hos människan efter att återskapa mening i livet trots lidande, vilket är kraftgivande.
7. Kraftkällan förser människan med glimtar av sanningen som uppväcker kärleken till nästan.
8. Kraftkällan ger människan inre vishet och visshet om en djupare existentiell tillhörighet.

inte ens mina synder och mina svek kan hota min inre visshet, för den ligger så djupt i människan.”

⁴⁶⁸ Den första forskningsfrågan i denna studie lyder: ”Vad är människans kraftkälla?”

Sökandet efter svar på forskningsfråga två⁴⁶⁹ gav upphov till följande induktiva teser:

1. Bekräftelse av människans naturliga inre längtan efter kärlek och värdighet ger hopp. Den inre längtan efter kraftkällan skapar rörelse i riktning mot den.
2. Människans rörelse mot kraftkällan går via en skapande akt.
3. Människans litenhet utgör förutsättning för tillägnelse av kraft.
4. Lidandets mörker ger människan rörelse och kraft.
5. Svagheten utgör en väg till styrka.
6. Att varda i hälsa fordrar och förutsätter en inre mognad av människan.
7. Kraftkällan synliggör livets kärna som uppväcker kärleken till nästan.
8. När människan ger kärlek till livet så får hon kärlek tillbaka.
9. Att bevara tro och hopp inom sig som bevarade hemligheter ger inre visshet i form av en ödmjukhet i livet som möjliggör tillägnande av kontinuerlig kraft.

⁴⁶⁹ Den andra forskningsfrågan lyder: ”Vad uppenbarar kraftkällan så att människan kan uppfatta den och tillägna sig dess kraft för att varda i hälsa?”

10 WIKSTRÖMS BIDRAG: LIVETS MYSTERIUM – EN DOLD KÄLLA TILL KRAFT

Eftersom de två tidigare delstudierna⁴⁷⁰ påvisat och öppnat för det mystiska hos kraftkällan, fanns ett behov av att tränga in i en källa som ytterligare kunde öka förståelsen av detta. I detta kapitel görs därför ett abduktivt språng genom att belysa hur det mystiska och dolda och dess relation till hälsa samt till den vardande rörelsen *kunde* förstås utifrån min tolkning av Wikströms bok *Det bländande mörkret*.

Konklusion av förståelsen utifrån min tolkning av Wikströms bok lyder:

Det mystiska hos kraftkällan kunde förstås som att det har anknytning till det mörka i lidandet som liknas vid en entré eller port till den mystiska och dolda kraftkällan. För att människan ska komma i kontakt med kraftkällan förutsätts att hon låter sig omslutas av mörkret. Kraftkällan kan, trots att den är fördold för människan, paradoxalt ändå upplevas uppenbarad. När människan kommer i beröring med livets innersta kärna kan hon uppfatta kraftkällans sfär, eftersom hon då upplever sig vara nära den och kan ana dess närvaro.

Inte bara livets mörkaste mörker utan även livets ljusaste stunder kan uppenbara källan så att människan erfar någonting som är universellt igenkännbart. Det som människan upplever är en slags helighet där hon erfar en saknad efter sitt egentliga ursprung, sitt egentliga hem, dit hon längtar. Kraftkällan, kärleken, kan uppenbaras genom skönhetens skimmer, i glädjens ljus och i lidandets mörker. Kraftkällan finns således ständigt nära människan, längtar efter henne och inbjuder till gemenskap. Människan kan i sin förtvivlan, i lidandets mörkaste mörker där kraftkällan inte syns men ändå är nära, ana dess närvaro. Livets mysterium utgör således en dold källa till kraft.

När människan vidkänner sin skuld och skam samt sitt vemod och vågar se ljuset i kraftkällan med vetskapen om dessa kan hon upptäcka källan. Tillägnelsen fordrar frihet, vilja och mod. Den skapande akten innebär att människan i den heliga

⁴⁷⁰ Här avses delstudien kring Kierkegaards verk (se kap. 8) och delstudien gällande intervjuer med forskningspersoner (se kap. 9).

närvaron stillar sig i ett görande och låter sig hänföras av det sköna där hon ges möjlighet att återknyta till sitt ursprung, till ett inre rum av vila. I tillägnelse av kraftkällan inser hon sitt förbund med evigheten, och i evigheten blir hon den hon är avsedd att vara. Tillägnelse av kraft sker således när människan själv är verksam, när evighetens stilla krafter är i rörelse, och hon älskar nästan.

10.1 Kraftkällans mystik har anknytning till det mörka i lidandet

Det mystiska hos kraftkällan kunde förstås som att det har anknytning till det mörka i lidandet som utgör en entré eller portöppning till den mystiska och dolda kraftkällan. För att ha möjlighet att komma i anknytning till kraftkällan och få kontakt med den förutsätts en vandring i det egna mörkret där människan vidkännt sitt lidande och sin ensamhet⁴⁷¹. Det fordrar den största styrkan att vara totalt närvarande och ärligt sig själv, och detta förhållningsätt eller denna förmåga framträder speciellt starkt när människan befinner sig i ett lidande, eftersom det skapar grogrunden för ett *vardande i hälsa*. Lidandets mörker döljer en hemlighet som väntar på att bli upptäckt. Det som döljer sig i mörkret är källan till livskraft som kommer verkligt nära henne, och om hon förmår genomleva mörkret i lidandet kan hon nå kraftkällans port och därigenom tillägna sig kraft⁴⁷². Det är själva livets och glädjens ljus som strålar genom porten till kraftkällan som framträder i det till synes mörkaste mörker. Genom att människan låter sig omslutas av ett hemlighetsfullt mörker ges möjligheter för henne att erinra sig om sitt förbund med källan så att kraftkällans portar kan öppnas för att hon ska kunna ta emot det goda ljuset som strålar från källan och tillägna sig det⁴⁷³. Det märkliga gällande människans väg till kraft och hälsa ligger i att människan kan se ljuset först då hon befinner sig i mörker, dvs. det heliga ljusets uppenbarelse för

⁴⁷¹ Människan kunde därmed sägas ana och möta den abstrakta andra genom sitt eget lidande och mörker.

⁴⁷² Wikström, (2007, 22): "Människan kommer ibland in i ett mörker som i förstone ter sig outhärdligt. Men för den som har ögon att se med sipprar det ner i dessa tunnlar ett överväldigande ljus, ett skimmer från en annan verklighet. De inre rummen ska hon därför inte fly ifrån, detta mörker ska hon inte rädas, sådana nätter är inte farliga. I dem döljer sig en helt annan realitet än den hon normalt räknar med, en som är ofattbar men inte desto mindre sann."

⁴⁷³ Tillägnande av kraftkällan går därmed sagt via det egna mörkret, dvs. via människans upplevelse av sin egen *ontologiska ensamhet* inför alltings oändlighet. Den ontologiska upplevelsen av ensamhet inför det stora ingenting (som Wikström för fram) kan göra att människan räds sitt mörker.

människan förutsätter att hon är i mörker. Men först när mörkret är tillräckligt mörkt kan människan tillägna sig kraft ur källan. Det finns potential till lindrat lidande⁴⁷⁴ när människan ärligt i lidandet bjuder in det mörkaste mörker och låter sig omslutas av det. När ångesten blir näst intill olidlig förvandlas lidandet en kamp om liv eller död, och då kan möjligheter och hopp födas⁴⁷⁵. Tack vare denna insikt och första rörelse förmår hon uppfatta ljusglimtarna från kraftkällan.⁴⁷⁶

10.2 Kraftkällan är fördold men uppenbarad genom livets mysterium

Det råder en paradoxal mystik kring kraftkällan som är fördold men samtidigt uppenbarad för människan likt ett mysterium⁴⁷⁷. Kraftkällans fördoldhet, som gör att den håller sig undan, lockar människan och skapar rörelse. Den sänder ut lockrop genom heliga tilltal som hon förnimmer genom upplevelser av skönhet⁴⁷⁸. Kraftkällan är därmed sagt en aktiv part i människans liv, och inbjuder till gemenskap. Kraftkällan kunde förstås som uppenbarad för människan genom livet självt. Lidande utgör en del av livets mysterium och när människan träder in i lidandet så träder hon samtidigt in i detta mysterium. Genom livets mysterium som i sig är en dold källa till kraft kan människan således tillägna sig kraft. Till människans liv hör hälsa och lidande naturligt, och när hon kommer i beröring med livets innersta kärna där t.ex. glädje, hälsa, sorg och smärta (lidande) inryms kan hon uppfatta kraftkällans sfär, genom livets kärna, eftersom hon då befinner

⁴⁷⁴ Det är först i det mörkaste mörker där människan är totalt ensam i sin förtvivlan eller sina existentiella tvivel (då hon låter sig omslutas av mörkret) som hon i medvetenheten om dödens närhet blir varse om att det gäller en kamp om livet där hon själv är huvudaktören.

⁴⁷⁵ Wikström (2007) menar att det kan vara obehagligt att vända sig inåt eftersom man i ensamheten och tystnaden märker att det inte finns någonting inom en som är evigt liv eller som kan ge det och att det är skrämmande att se in i det stora mörkret och inse att ju längre in man når, desto mer utelämnad blir man.

⁴⁷⁶ Wikström (2007, 177) skriver: "Det är i det helt triviala, påtagliga och mänskliga som det heliga förmedlas, inte i det spektakulära". Ljuset från kraftkällan kommer inte till människan om hon ansträngt försöker vara och tänka på ett visst sätt utan om hon i stillhet äkta förmår vara till kan det nå henne helt oväntat. Att vara i mörkret kan ge en existentiell oro men genom att våga vara i mörkret och förlita sig på att kärlekens kraft är störst samt våga hoppas och tro att hon kommer att "bäras" av den abstrakta andra även i det mörkaste mörker (lidande) kan en rörelse mot hälsa initieras.

⁴⁷⁷ Här avses att människan kan ana kraftkällan men aldrig se den.

⁴⁷⁸ Ögonblick då människan erfar det oändliga eller heliga antas i denna studie vara t.ex. då hon ser det vackra i naturen, eller då hon uppfattar det sköna genom olika ting kan skänka kraft och tröst i lidandet. Glädje framspringer bara av det faktum att människan påminns om att kraftkällan är verklig trots dess frånvaro. Den abstraktas närvaro kan uppfattas genom alla ting.

sig nära den. Inte bara livets mörkaste mörker utan även livets ljusaste stunder tolkas därför kasta ljus på källan så att människan erfar något som är universellt igenkännbart. Det handlar om en slags helighetsupplevelse där människan upplever en saknad efter sitt egentliga ursprung, närheten till hela livet, kraftkällan. Därför finns kraftkällan ständigt nära människan, längtar efter henne och inbjuder till gemenskap. Människan kan i lidandets mörkaste mörker och i förtvivlans ögonblick uppfatta ljusglimtar av kraftkällans närvaro genom dess fördoldhet. Trots att kraftkällans väsen tolkas vara fördolt för människan kan hon på detta vis glimtvis bli varse dess existens och närvaro. Hon kan även uppleva spår av att kärleken varit verksam (som kan anas t.ex. genom människans goda gärningar eller naturens skönhet likt ett spår av den abstrakta andras helighet)⁴⁷⁹. Kraftkällan kan därmed trots sin fördoldhet sägas vara aktiv⁴⁸⁰ och det faktum att människan saknar denna handlar om den abstrakta andras sökande efter kontakt med människans innersta. Den abstrakta andra har lagt saknaden inom människan så att hon ska söka sig tillbaka till sitt ursprung. Det sköna människan varseblir utgör ett heligt tilltal.

10.3 Kraftkällan utgör människans egentliga hem – hennes ethos

Människans inre längtan har dragning mot kraftkällan som utgör hennes egentliga hem för i evigheten blir människan den hon är avsedd att vara. Människan har naturligt en ontologisk och andlig hemlöshet inom sig och därmed en naturlig längtan efter kraftkällan⁴⁸¹ eftersom den utgör hennes egentliga hem, där hon upplever sig hemmastadd och kraftfull, dvs. hennes ethos – hälsans ethos. Saknaden efter detta hem skapar tomhet inom människan, en hemlöshet som ger en upplevelse av ensamhet och saknad. Denna saknad kan av människan uppfattas

⁴⁷⁹ Det finns dolda koder t.ex. i naturen eller i ett barns blick som är tecken på källan. (Wikström, 2007)

⁴⁸⁰ Kraftkällan utgör enligt min tolkning en grunden till den mänskliga existensen och för varandet både i abstrakt och konkret mening. Wikström (2007, 166) skriver att den abstrakta andra är ”den som är” eller ”den som bringar fram verkligheten”. Han är existens och en förutsättning för varandet.

⁴⁸¹ Wikström (2007) skriver att det inom varje människa finns en djupgående men ibland bortglömd känsla av hennes tillhörighet med ”någonting annat”. Hon kan ana en känsla av främlingskap som skapar tomhet inom henne och hon känner en längtan efter någonting mer. Människans helhets- eller helighetslängtan är en följd av att hon hör hemma någon annanstans. Denna saknad upplevs både som ljuv och smärtsam på samma gång och kan liknas vid en hemlängtan.

som en längtan, en helhets- eller helighetslängtan som utgör en följd av att hon hör hemma någon annanstans, med sin härstamning i kraftkällan. När människan är i förbindelse med kraftkällan, sitt egentliga hem, upplever hon sig vara en enhet i sig själv, dvs. hemma, då hon befinner sig inom kraftkällans heliga sfär och kan ösa kraft ur den⁴⁸².

Genom speglingen mot den abstrakta andra och evigheten verkar människan utifrån sitt mänskliga ämbete och därmed utifrån kraftkällan. När kraftkällan är verksam inom människan strålar glädjens och kärlekens ljus genom henne och med sin härkomst i evigheten har hon kraft att färga allt runt omkring sig så att livet blir mer än dess mening och mer än summan av delarna. Människan betraktar livet och det dagliga med höjd lidelse och tar inget för givet. Hon inser att allt är en gåva och hon står beredd att återlämna allt. En människa som har detta ljus inom sig är omplanterad på det eviga livets åker⁴⁸³. En förutsättning för att människan ska se det egendomliga ljuset är att hon pausar i en slags väntande tillvändhet, där hon bereder rum för den andra att träda in i hennes liv. Hon lyser upp inte bara sig själv och tingen med detta ljus, utan även andra människor så att de kan förnimma hopp om källans möjlighet.⁴⁸⁴

10.4 Tillägnelse av kraft innebär att bejaka ljuset i källan trots skam och skuld

Upptäckten av kraftkällan går genom människans vidkännelse av sin skuld, skam och sitt vemod. Vilja, frihet och mod i lidandet handlar om att se in genom porten och våga bejaka ljuset trots skam och skuld. Det innebär att människan genom sin fria vilja medvetet väljer att aktivt fokusera kraftkällan i lidandet trots att hon själv är lidande och trots att hon själv bär på både skam och skuld. Min tolkning är att det finns en skuld inom människan som utgör en blockad men samtidigt en drivkraft för att nå kraftkällan. Skulden har att göra med att människan har lämnat

⁴⁸² Wikström (2004, 7) skriver: ”när människan är i närheten av den Helige är hon närmast sig själv och sitt eget livs syfte. I närheten av den abstrakta andra känner hon sig som mest hemma”.

⁴⁸³ Här använder jag mig att det uttryck som Wikström (2007) redogör för.

⁴⁸⁴ När människan har välkomnat evigheten och inträtt i sitt innersta rum blir hon mer mänsklig (alltmer sig själv) eftersom hon speglar allt mot kraftkällan och ser livet med evighetens vakna sinne. Hon kan se ting och människor utifrån vad de är, hon bejakar sina egna behov men behöver inte tvångsmässigt förverkliga dem alla av egocentriska skäl.

och frångått sitt egentliga hemvist i det eviga hemmet, evigheten som hon en gång utgått från och lämnat. Utifrån detta hem har hon en gång beviljats livet och därigenom ingjutits evigheten i sitt inre. Människan har genom detta eviga hem och förlänts heligheten i sitt hjärta samt kan sägas stå i skuld till livet. Denna skuld kan upplevas som något hon borde återbörda kraftkällan, dvs. att hon borde söka sig tillbaka till källan eftersom hon utgår från den, och endast genom den kan få sin hemmastaddhet återuppbyggd. Människan känner sig hemlös så länge som hon inte kan vidkänna sin skuld gentemot kraftkällan, och så länge hon inte bejakar sin innersta längtan som har en böjelse tillbaka till det egentliga hemmet. Människan kan även bära på en skam över det faktum att hon är lidande. När människan skäms över att hon lämnat sitt hem och är hemlös och lidande gör skammen att hon inte heller kan eller vill vidkänna sin skuld. Människan, som har sin egentliga hemvist i evigheten, förutsätts vidkänna sin inre längtan tillbaka till det egentliga och eviga hemmet för att bli lycklig och inte fångas i sitt lidande. Skulden till livet kan människan inte göra sig av med, och det ska hon inte heller, eftersom den trots att den är en blockad för kraftkällan paradoxalt samtidigt både kan utgöra en drivkraft och en hjälp för att vilja nå kraftkällan. Människan blir mer ödmjuk och etiskt medveten om sin plikt och sitt ansvar som medmänniska då skulden väcker en barmhärtig hållning i livet (både mot andra men även mot sig själv). Genom att hon vidkänner sin skuld avtonar samtidigt hennes skam, och hennes inre längtan efter kraftkällan kommer i rörelse. Genom att vidkänna skulden kan människan vara ödmjuk och öppen att ta emot källan, eftersom hon inte längre blundar för skulden men kan leva ärligt tack vare vetskapen om den. Om människan väljer att endast fokusera framtiden för att undgå det närvarande och inte lever i nuet, blundar hon för sin skuld och skam, vilket gör att hon inte heller kan vidkänna sin inre längtan efter källan. Människans upplevelse av vemod som härrör från saknaden efter kraftkällan kan bli en styrka eftersom det bekräftar och medvetandegör hennes ursprung eller egentliga hemvist hos den heliga kraftkällan⁴⁸⁵. Människan förutsätts låta sig bländas av det starka ljuset från källan

⁴⁸⁵ Ibland står människan inför upplevelser där hennes fotfäste i livet kommer i gungning. Storslagna händelser, såsom vid stor sorg eller lycka, kan människan uppleva ett vemod som hon inte kan rå på. Vemodet kan sägas bero på allt det vackra som hon ser omkring henne som hon inte kan binda eller då hon inför döden blir påmind om livets ändlighet. Människan kan uppleva vemodet som tränger sig på henne som störande och att hon inte vill kännas vid det, eftersom hon vill vara stark och uppfylld av lycka. Hon kanske upplever att ett vemod inte hör hemma mitt i en glädjens tid. Men såsom hälsa och lidande hör samman (liksom liv och död) finns det även ett vemod ingjutet i sann glädje. För att kunna tillägna sig kraftkällan och uppleva glädje och liv,

och vara medveten om att hon kommer att bländas samtidigt vilket gör att hon aldrig helt kan se in i källan eller fullständigt röja dess drag. Kraftkällan inbjuder ständigt människan till gemenskap men det är hon själv som väljer huruvida hon vill följa sin inre längtans röst och bli öppen och sårbar inför den för att ta emot dess helighet. Tillägnande av kraftkällan fordrar därmed människans vilja, mod och tro på den. Kraftkällan gör människan ödmjuk. Människan dansar mot att bli mer ödmjuk och mer sann ju närmare kraftkällan hon kommer.

Människans egen vilja och mod förutsätts för att hon ska nå förbi ljuset och komma nära kraftkällan som ändrar människans perspektiv så att hon kan glädjas enbart för källans skull, och att den existerar⁴⁸⁶. Så länge som människan enbart speglar sig i det starka ljusets glans som hon möter i mörkret fokuserar hon sina egna problem, sitt eget behov av tröst, stöd och omvårdnad av ljuset. Men när hon själv vill nå förbi ljuset till dess källa blir hennes fokus ett annat och hennes perspektiv förändras, och hon söker då inte efter något för sin egen del utan märker hon att hon letar efter den abstrakta andra för hens skull, vilket antyder att kraftkällan, den abstrakta andra, har kommit in i henne. Människan erfar då en allomfattande glädje över det faktum att den abstrakta andras existens, och hennes eget välbefinnande ökar därigenom obemärkt.

10.5 I den skapande akten är kraftkällan närvarande och verksam trots sin fördoldhet

Tillägnelse av kraftkällan fordrar en skapande akt⁴⁸⁷. Denna akt går genom en helig närvaro⁴⁸⁸ i nuet. Det sköna som människan erfar, utgör en form för det heliga som

förutsätts att människan även vidkänner sitt vemod, vemodet är en väg till upplevelse av verklig glädje. I allt det vackra finns det därför alltid ingjutet ett vemod som härrör från kraftkällan och vetskapen om att livet inte kan kvarhållas, då det är ändligt, men samtidigt förmår människan genom kärleken älska den abstrakta andra mer än sig själv och sitt ändliga liv så att ändå glädjen har starkare lyskraft än vemodet. Människan kan när hon vidkänner vemodet glädjas över kraftkällans evighet även om hennes eget liv är ändligt. Det blir en äkta och djup glädje, eftersom glädjen fördjupas när dess grund vilar i vetskapen om det förgängliga. Sann glädje och lycka har därmed sagt en koppling till evigheten genom kraftkällan.

⁴⁸⁶ Människan blir varse om trons ljus först då hon vågar ta ett språng, och det sker oftast då hon är inne i den mörkaste tunnel där alla odds verkar vara emot henne. (Wikström, 2007)

⁴⁸⁷ En skapande akt kan i abstrakt mening sägas innebära att människan genom ensamhet och tystnad (där hon blir medveten om kraftkällans frånvaro) erfar en helig upplevelse där hon ser sig som medskapare till den abstrakta andra och där hon känner att hon har frihet att överskrida sig

vittnar om källans väsen och upplevs som en kraft som ger glädje och frid. I den heliga närvaron går människan tillbaka sitt ursprung, dvs. hon återknyter till sitt inre rum. Den heliga närvaron tolkas inte bara handla om att vara till i en tystnad med frånvaro av ljud utan även om en medvetenhet om kraftkällans närvaro trots dess fördoldhet. I den skapande akten är människans fokus inte längre de egna behoven. Det handlar om ett perspektivbyte för människan, vilket upplevs befriande, eftersom hennes kreativitet kan flöda då hon går utanför sig själv och i stället blir medskapare till den abstrakta andra. På detta vis upplever hon mening och lever då äkta och verkar för att vara med och själv forma sitt liv⁴⁸⁹. När människan berörs av det sköna i en skapande akt påminns hon om sitt verkliga ursprung och sin samhörighet med det heliga, den abstrakta andra, så att hon vill söka sig mot hen, dvs. kraftkällan, för att bli mer sann och mänsklig. Erfarenheten av gemenskap med kraftkällans helighet gör att människans lust att vara till med hela sitt väsen blir påtaglig och hon kan komma fram som sig själv i en äkta sanning. Att tillägna sig kraftkällan, det inre rummet⁴⁹⁰, är att komma hem till sig själv i sig själv⁴⁹¹. Det är tryggheten i hemkänslan som ger kraft⁴⁹².

själv men även kan släppa kontrollen och får träda fram okonstlad som själv för att vara med och forma sitt liv och därigenom förmår uppleva skaparglädje och livskraft.

⁴⁸⁸ "Den heliga närvaron är därför inte bara en psykologisk förmåga att ta emot tillvaron som den är. Den har att göra med att man, oavsett vad man har för händer eller var man befinner sig, kan återknyta till den inre rymd av ro där det strömmar en källa, lyser ett ljus, där det långsamt bultar på en dörr. Tystnaden är alltså inte främst frånvaro av ljud utan närvaro av den Helige." (Wikström, 2007, 66)

⁴⁸⁹ Det finns inslag av lekfull spontanitet i den skapande akten så man kan säga att den förenar lek och allvar som ger insyn och djup i människans vara- (upplevelse)-dimension.

⁴⁹⁰ Wikström (2007) benämner detta som ett inre rum av ro där det finns ett ljus från en strömmande källa.

⁴⁹¹ Hur kan människan nå detta inre rum? Utifrån min tolkning av Wikström kunde tillägnelsen av kraftkällan ske genom att människan för ett inre samtal med sig själv och samtidigt en abstrakt annan och genom att hon är vaksam inför pauserna i den dialogen och den stilla tystnaden, eftersom det där finns potential att förstå mera av den djupa dialogens innebörd och således nå det inre rummet för att få kraft till tillväxt. För att bevara kontakten är det viktigt att människan aktivt dagligen månar om att skapa rum för att gå in i det här rummet. Den som lärt känna sin inre ensamhet utstrålar i gemenskap med andra värdighet, värme och egenartad självständighet och styrka. Den abstrakta andra kommer in i människan som en självständig och levande kraft. Kraftkällan upplevs konkret närvarande i det vardagliga livet och inte bara genom naturen och i skönheten. Människan får en öppenhet där hon ser alla ting i kraftkällan och kraftkällan i alla ting. Gränsen mellan det triviala och det heliga suddas ut. En människa som tillägnat sig kraftkällan har en stark integritet, hon upplever glädje, trygghet och kraft och *vilar i vetskap om att hon har ett hem som hon bär i sitt inre samtidigt som hon paradoxalt nog ständigt är på väg mot*. Genom tro, hopp och kärlek kan människan nå kraftkällan. Wikström skriver (2007, 55) att "Gud "befinner sig" i icke-vetandets moln. Endast genom tron och kärleken kan man nå igenom detta moln...".

10.6 Tillägnelse av kraftkällan förutsätter att evighetens stilla krafter är i rörelse

Tillägnelse av kraftkällan förutsätter att människan aktivt tjänar utifrån sitt mänskliga ämbete (och verkar utifrån kärleken till nästan). Tillägnelse av kraftkällan förstås som att när människan är verksam och agerar genom sitt mänskliga ämbete kan källan uppfylla henne med kraft. Detta avser att tillägnet av kraft sker när människan själv är verksam (när kärlekens krafter är i rörelse) och hon älskar (finns till för andra konkret genom kärleken till nästan). Att älska ger kraft att leva. Kraftkällan uppenbarar sig för människan som älskar och uppfyller hen inifrån som en levande kraft. När människan har tillägnat sig källan av kraft erfar hon allomfattande upplevelse av gemenskap som uppfyller henne. Ett ljus har tänds inom människan och hon har blivit en enhet i sig själv. Livets egenvärde träder i förgrunden och jakten efter mening med livet förbleknar.

10.7 Sammanfattande teser

Genom min tolkning⁴⁹³ av Wikströms text uppkom ett antal abduktiva teser som svar på forskningsfrågorna. Svar på första forskningsfrågan⁴⁹⁴ formades av följande teser:

1. Människans kraftkälla har genom sin mystik anknytning till det mörka i lidandet.
2. Kraftkällan är fördold men uppenbarad genom livets mysterium
3. Kraftkällan utgör människans egentliga hem – hennes ethos – hälsans ethos.

⁴⁹² Den abstrakta andra utstrålar härlighet som färgar allt i livet med lycka. Därför ger kraftkällan en trygghet likt den som människan kan uppleva bara i hemmet.

⁴⁹³ Denna tolkning gjordes genom abduktion.

⁴⁹⁴ Den första forskningsfrågan lyder: "Vad är människans kraftkälla?"

Svar på andra forskningsfrågan⁴⁹⁵ skapades genom följande teser:

1. Kraftkällan uppenbaras genom skönhetens skimmer och det sköna människan erfar i en skapande akt utgör ett heligt tilltal från kraftkällan.
2. Kraftkällan uppenbaras i glädjes ljus och när människan älskar genom kärleken till nästan och ger och får i kärlek.
3. Kraftkällan uppenbaras i lidandets mörker.
4. I den skapande akten är kraftkällan trots sin fördoldhet närvarande och verksam.
5. Tillägnelse av kraft innebär att i lidandets mörker våga bejaka ljuset i kraftkällan trots medvetenheten om skuld och skam.
6. Tillägnelse av kraftkällan förutsätter att evighetens stilla krafter är i rörelse.

⁴⁹⁵ Den andra forskningsfrågan lyder: ”Vad uppenbarar kraftkällan så att människan kan uppfatta den och tillägna sig dess kraft för att varda i hälsa?”

11 NY FÖRSTÅELSEHORISONT

Ensam ska människan träda in i ett gåtfullt och oförutsägbart mörker och genom tro, hopp och kärlek låta sig ledsagas för att i stillhet upptäcka ljuset från kraftkällan.

J. Hemberg, 2015⁴⁹⁶

I detta kapitel redogörs för den nya förståelsehorisont som uppkommit genom min studie. Denna nya horisont av förståelse avhandlas utifrån de teser som formats fram i studiens resultat samt genom diskussion om dessa. Därtill speglas den nya förståelsehorisonten gentemot den caritativa teorin och tidigare forskningar samt i förhållande till den egna vårdvetenskapliga traditionen.

Nedan presenteras kortfattat de slutliga abduktiva teser som studien har utmynnat i. Därefter följer en närmare diskussion om dessa. Nedanstående teser har formats som svar på den första forskningsfrågan⁴⁹⁷:

1. Kärleken är alltings ursprung och kraftkälla (med härstamning i evigheten) samt utgör livets kärna. Kraftkällan antas vara den abstrakta andra.
2. Hålsans substans är kärleken, som tack vare treenigheten även har tro och hopp ingjutna.
3. Kärleken har en djupare dignitet än tro och hopp, men de är alltid samtidigt närvarande, vilket även utgör förutsättning för kraftkällans existens.
4. Kärleken är den förenande länken mellan timlighet och evighet.
5. Kärleken är starkare än människan.
6. Kärleken är förbunden med evigheten (det universella), och i speglingen av detta kan människans lidande i det timliga lindras. I evigheten blir människan den hon är avsedd att vara.

⁴⁹⁶ Fritt modifierat efter Wikström (2007).

⁴⁹⁷ Den första forskningsfrågan lyder: "Vad är människans kraftkälla?"

7. Kärleken är människans väsen. Människans inre längtan har en ontologisk dragning mot källan, eftersom den utgör hennes egentliga hem, där hon har sitt innersta rum, sitt ethos, dit hon alltid längtar och där upplever sig hemmastadd och kraftfull.
8. Kraftkällans väsen är fördolt men paradoxalt samtidigt uppenbart för människan liksom ett mysterium. Det är livet självt som alltid finns påtagligt närvarande men som en dold, oändlig och mystisk urkälla till kraft tack vare evigheten. Källans fördoldhet utgör en kraft. Det dolda bör bevaras som en hemlighet, eftersom det både utgör och upprätthåller dess kraft.
9. Det mystiska hos kraftkällan har anknytning till det mörka i lidandet genom vilket människan erhåller kontakt med källan.
10. Kraftkällan besitter evighetens drag (genom sin härstamning i den) och äger tack vare detta outtömlig kraft. Genom kraftkällans förbund med evigheten erbjuds människan oändlig värdighet och bestående frid, och evighetsperspektivet väcker kärleken till nästan.
11. Kraftkällan är en aktiv part i människans liv som utger lockrop till henne i form av skönhet som hon förnimmer.
12. Kraftkällan ger kraft men ställer samtidigt krav på människans underkastelse.
13. Vägen till kraftkällan säger något om själva kraftkällan, nämligen att dessa två har samma grundsubstans, villkor och förutsättningar.
14. I kraftkällans närhet upplever människan glädje men samtidigt vemod. Mötet med den mystiska och eviga kraftkällan ger livet nytt ljus.
15. Kraftkällan innebär en helig närvaro och människans tillägnelse av kraftkällan förutsätter att hon förmår återknyta till ett inre rum av vila och frid.
16. Kraftkällan förser människan med inre visshet om livets dyrbarhet, och om en djupare existentiell tillhörighet som upplevs som en inre frid och utgör en outtömlig källa till glädje och livskraft.

Följande teser formades som svar på den andra forskningsfrågan⁴⁹⁸:

1. Vägen till kraftkällan går genom mörker till ljus. En förutsättning för ljusupplevelsen från kraftkällan är en vandring i det egna lidandets mörker.
2. Mörkret i lidandet döljer en hemlighet som människan kan ana via ensamhet och stillhet.
3. Lidandets mörker innebär en port till kraftkällan som människan kan ana genom att låta sig omslutas av mörkret. Genom det mörka erhåller människan en kontakt med kraftkällan som hon erfar genom en upplevelse av mystik. Det är själva livet och dess mysterium som frammanar kraftkällan, varför den kan uppenbaras både i lidandets mörker och i glädjens ljus.
4. Människans inre längtan har dragning mot kraftkällan, eftersom den utgör hennes egentliga hem i livet, hennes ethos.
5. Tillägnelse av kraft fordrar att människan vågar se ljuset i kraftkällan och bejaka den trots medvetenheten om skam och skuld.
6. Att tillägna sig kraftkällan fordrar frihet, vilja och mod.
7. Genom skönheten uppenbaras kraftkällan. I den skapande akten är kraftkällan trots sin fördoldhet närvarande och verksam. En skapande akt frigör människan för tillägnelse av kraft, vilket föregås av en helig närvaro. I denna heliga närvaro kan hon genom ensamhet låta sig hänföras i ett stilla görande för att uppleva det sköna som vittnar om det heliga. I den heliga närvaron återknyter människan till ett inre rum av vila.
8. Tillägnelse av kraftkällan förutsätter att människan går in i mörkret och helt låter sig omslutas av det.
9. Kraftkällan kräver ett offer. Människans litenhet och svaghet utgör en förutsättning för tillägnelse av kraft och därmed en väg till styrka.
10. Tillägnelse av kraftkällan handlar ytterst om att människan erfar en universell men samtidigt personlig upplevelse av att vara mottagen i Gemenskap.

⁴⁹⁸ Den andra forskningsfrågan lyder: "Vad uppenbarar kraftkällan så att människan kan uppfatta den och tillägna sig dess kraft för att varda i hälsa?"

11. I närheten av livets kärna vaknar kärleken till nästan. Kärleken till nästan påvisar samtidigt både kraftkällans möjlighet och vägen till ny kraft.
12. Kraftkällan uppenbaras för den som älskar. Tillägnelse av kraftkällan förutsätter att kraftkällans förbund med evigheten inte är hindrad, utan att evighetens stilla krafter är i rörelse genom att människan aktivt tjänar utifrån sitt mänskliga ämbete (kärleken till nästan) och ger och får i kärlekens och glädjens ljus. Kärleken fullbordas därmed genom handling. Kraftkällan uppfyller människan med en levande kraft.
13. Mötet med kärlekens urkraft bekräftar människans värde och gör henne ödmjuk. Bevarandet av en ödmjuk grundhållning (bestående av vördnad för och förundran över livet samt förnöjsamhet) genom att helighålla tro, hopp och kärlek inom sig utgör grundförutsättning för ständig tillägnelse av livskraft ur kraftkällan.

Eriksson⁴⁹⁹ för redan år 1989 på tal människans grundläggande källor, utifrån vilka hennes grundläggande styrka genereras (se bild 2):

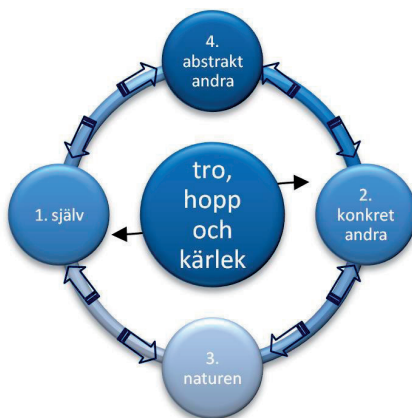


Bild 2. Människans kraftkällor enligt Eriksson (1989, 120).

Den första källan handlar enligt Eriksson om människans relation till sig själv, eller hennes kärlek till sig själv och den andra källan berör relationen till en konkret andra. Den tredje källan handlar om naturen, människans förmåga att älska det levande och se det som en källa till växt. Den fjärde källan är relationen till den

⁴⁹⁹ Eriksson (1989).

abstrakta andra och förmåga att hämta kraft genom relationen till den abstrakta andra.⁵⁰⁰ Eriksson⁵⁰¹ utgår från att pausen har betydelse för människans upplevelse av frihet. I pausen, intet, finns en skapande tystnad, då människan förundras, lyssnar till sin inneboende kraft och ser mening i sammanhanget. I pausen föreställer människan sig evigheten. Människan får vara till genom den abstrakta andras frid och närvaro och genom pausen kan hon uppleva sitt innersta. Min studie har belyst att människan inom sig har en inre boning, ett ethos, utifrån vilken hon kan tillägna sig kraft. Resultatet visar att kraftkällorna som enligt Eriksson (1989) omnämns har olika positioner i relation till varandra. När det gäller människans kraftkälla och hennes *vardande i hälsa* äger den abstrakta andra en högre dignitet beträffande kraft än de övriga.

*Huvudresultatet i min studie visar således att vägen till kraftkällan utgörs av kärleken*⁵⁰², den abstrakta andra⁵⁰³, som även är själva källan till kraft. Människans andliga dimension och upplevelse av andlighet antar därmed en väsentlig position i människans sökande efter kraft till hälsa. Vägen till kraftkällan berättar något om själva kraftkällan⁵⁰⁴, *nämligen att dessa två har samma grundsubstans och villkor*⁵⁰⁵. Hälsans substans och hälsans grundförutsättningar är därmed jämförbara. Kärleken ses som alltings ursprung och kraftkälla samt utgör livets kärna och urkraft. Eftersom kraftkällan är grunden till allt finns den ständigt i människans närvaro. Kraftkällan är hennes väsen, hennes egentliga hem, dit hon alltid längtar och där hon upplever sig hemmastadd och kraftfull⁵⁰⁶. Kärleken uppenbaras för

⁵⁰⁰ Eriksson (1989).

⁵⁰¹ Eriksson (1987) som hänvisar till May.

⁵⁰² I detta kapitel använder jag mig utav kursivering som egen markering, såsom även gjorts i tidigare kapitel.

⁵⁰³ Jfr Nurminen (2009) som hävdar att den abstrakta andra är kärnan i tillvaron och han har fäst sin skapelse i tiden genom evighetens sfär.

⁵⁰⁴ Den här studien utgår från att kraftkällans väsen säger något om vägen till den, eftersom den har samma grundsubstans, nämligen kärlek och även tro och hopp. Kraftkällan ger men förutsätter även att människan ger av sig själv. Vägen till kraftkällan handlar paradoxalt nog om att i lidandet tro, hoppas och älska, för att få tillgång till kraftkällan som ger kärlek och kraft tillbaka.

⁵⁰⁵ Genom djup längtan kan människan varsebli den abstrakta andra. Ju mer av det heliga som bosätter sig i människans hjärta desto ivrigare önskar hon få lära känna hen och älska hen, och därför det utgör två sidor av samma sak att söka den abstrakta andra och att finna honom. (Wikström, 2007)

⁵⁰⁶ Jfr Hilli (2007); jfr Rundqvist (2000) som skriver att ”avsikten med människans liv kan förstås som brukandet av den egna inre kraften, kärleken”.

den som själv älskar. Källans kraft, kärleken, kan människan tillägna sig då hon älskar nästan och tror och hoppas på kärleken, även om hon saknar bevis för dess existens. Tro, hopp och kärlek utgör därför sagt hälsans grundförutsättningar.⁵⁰⁷ *Ethos är det innerst liggande inom människan som ger henne kraft och vilja till liv.* Utöver kärlek har således tro och hopp en avgörande betydelse för människans *vardande i hälsa*. Som bild 3 nedan visar sammanhör tro, hopp och kärlek i en treenighet, men deras positioner och relationer till varandra skiljer sig:

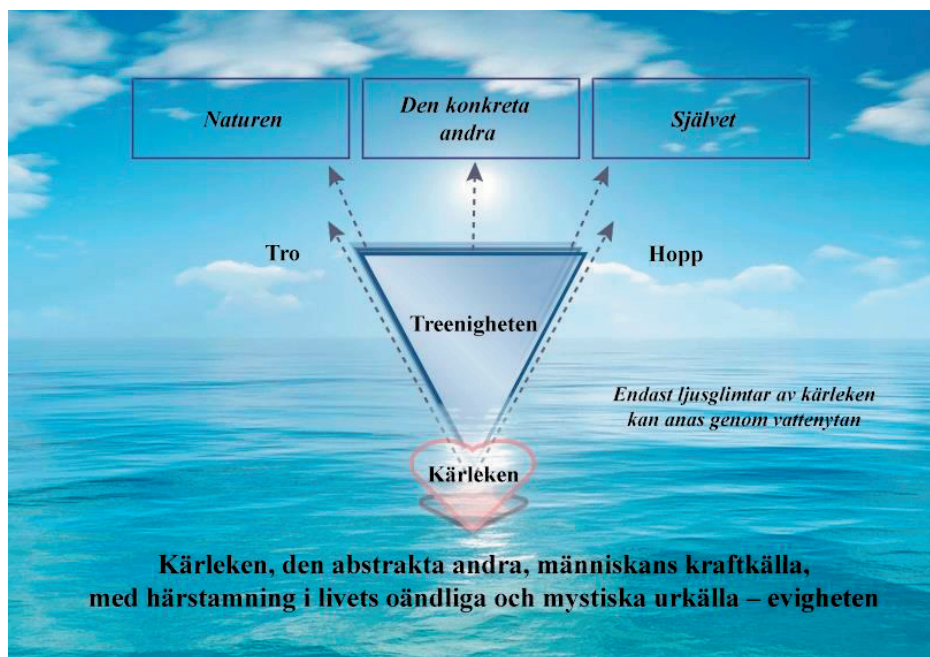


Bild 3. Människans kraftkälla

Bild 3 illustrerar förhållandet mellan tro, hopp och kärlek. De tre är oskiljaktigt sammanlänkade med varandra i en treenighet, men där kärleken ses som en kraftkälla och alltings ursprung samt som till sitt väsen framträder med en djupare dignitet än tro och hopp. Min studie har vidareutvecklat Erikssons (1989) modell. Utifrån resultatet i min studie ses trons och hoppets dignitet vara lika starka och befinna sig på samma nivå (se bild 3). *Kärleken har en djupare dignitet än tro och hopp*, men de är alltid samtidigt närvarande, vilket utgör förutsättning för tillägnelse av kraft. Kärleken blir äkta (osjälvisk) och levande om människan,

⁵⁰⁷ Jfr Eriksson (1992).

samtidigt som hon söker den, både tror och hoppas på den⁵⁰⁸. Utan tro och hopp har människan inte möjlighet att tillägna sig kraften ur källan, kärleken, men utan kärlek kan hon inte heller tro och hoppas på kärleken, kraften. Människan förväntas därför förutsätta att kärleken finns till i grunden.

Hälsans substans är kärleken, där även tro och hopp är ingjutna genom en treenighet, men de äger inte lika djup dignitet som kärleken. För att beskriva detta närmare kunde man utgå från en metafor där kärleken kunde liknas vid en eld⁵⁰⁹. Kärleken antas utgöra elden i den bärande substansen för hälsa, medan tron och hoppet fungerar som tjänare och verkar närande för kärleken (elden) och skapar rörelse och liv i den. Hoppet är som en första gnista (som kan glimta till plötsligt och oväntat och som kan slockna i följande ögonblick). Trots denna plötsliga gnista kan människan ana det som ett vittne om hopp och visshet om eldens möjlighet. Detta kan i sin tur ge glöd åt kärleken (elden), medan tron är det livgivande syret förutan vilket kärleken (elden) brinner ut och slocknar. Samtliga tre behövs för att människan ska kunna tillägna sig kraft, men det är elden (kärleken) som är det bärande elementet och utgör kraften. Kärleken formar helheten och har makt att bygga upp människan. Kärleken är kraften, och den är uppbygglig till sitt väsen, den har kraft att stärka människan. Hoppet är det första som kommer till människan (som en första ljusgnista som varslar om kraftkällan och dess kärlek, och är samtidigt det sista som överger henne), vilket föder mer hopp så att längtan efter källan stärks. Även om kärleken bär den starkaste digniteten behövs samtidigt både tro, hopp och kärlek för att människan ska kunna tillägna sig kraften från källan. För att människan ska kunna tillägna sig kraftkällan antas att hon både tror och hoppas på dess kraft.

Kärleken finns i grunden nedlagd i varje människa som ett litet ljus som lyser men som väntar på att få näring för att kunna bli en klar låga likt en beständig eld som har kraft att lysa upp även det mörkaste mörker. En människa som inte tillåter eller

⁵⁰⁸ Min studie utgår från att tvivel är en förutsättning för att tron ska hållas levande, likasom hopploshet skapar rörelse i hoppet och döden sätter livet på spel.

⁵⁰⁹ Rodhe (1936) skriver att för att odla hälsa måste sjuksköterskan ha en naturlig godmodighet och ett hjälpsamt sinnelag samt en osjälvisk önskan att hjälpa. Men därutöver måste det finnas en eld, som värmer människans dagliga gärningar och lyser, där lidandet gjort vägen mörk. Elden heter kärlek. Den rätta kärlekens källa kommer från Jesus Kristus som fullkomnat kärlekens verk, menar hon. Rodhe (1936, 6) skriver: "Låtom oss ödmjukt och ärligt erkänna, att det bästa, som en människa gör för den andra, det är det som härflyter från den källan."

mottar kärlek i sitt liv och ser den som livets ursprung och kraftkälla har inte heller kraft att varda i hälsa men riskerar att förfalla till bitterhet och förtvivlan. Människan kan inte varda i hälsa ur sitt mörker och lidande om hon inte aktivt själv går in för att genom sin egen frihet att välja göra ett val⁵¹⁰. Genom medvetenheten om sin frihet kan hon få mod att varda i hälsa. Om människan vill varda i hälsa handlar således valet om att hon förmår välja ljuset, dvs. livet⁵¹¹ och kärleken⁵¹². Om hon väljer ljuset kan hon fånga in tro och hopp på livet så att hon ser möjligheter att återskapa mening⁵¹³ och livsglädje ur det liv hon har framför sig. Väljer hon den andra vägen, dvs. där mörker och död regerar, ser hon ingen mening. Då blir hon kvar i lidande och ser bittert på livet och sina medmänniskor, som gör att hon sätter liv och ljus på spel och riskerar att gå in i ondska och hat i stället. Den abstrakta andra antas utgöra *en övergripande dimension, dvs. den första kärleken handlar om den abstrakta andra*.

Kärleken utgår från den abstrakta andra och återgår tillbaka till hen (oberoende om kärleken är riktad till en konkret annan eller ett timligt föremål) för den kan bevaras äkta då den har sin utgångspunkt och slutdestination i den abstrakta andra.⁵¹⁴ Därmed utgör den abstrakta andra den eviga och universella källan till kraft i människans vardande. De tre övriga kan ses som partikulära kraftkällor som antas vara unika för människan och kan utgöras av det som hon själv upplever ger kraft⁵¹⁵. Exempel på det som kan vara kraftgivande utöver att vistas i naturen, är att genom skönheten uppfatta kraftkällan. Det kan även handla om att människan genom kontakten med den konkreta andra⁵¹⁶ eller att självet kan få kraft. Utifrån

⁵¹⁰ Min studie önskar lyfta fram att människan har en frihet och kan välja att inte handla. Valet kan inte påtvingas, det ska göras i frihet och således komma från henne själv. Frihet handlar om att välja att vara ansvarig, vilket inbegriper att människan denna frihet som finns ingjuten i människan även ger henne rätt att vara ofullkomlig. Människan har en del av sig som är helig och evig och som utgör en del av att vara människa och därför får hon även vara ofullkomlig.

⁵¹¹ *Livet* avser inte bara människans liv utan även hela universum, dvs. den universella existensen.

⁵¹² Kärleken ses som ontologisk och universell och har därmed betydelse för människans vara och vardande i hälsa.

⁵¹³ Jfr Strandmark (2007) som nämner människans upplevelse av sammanhang som är viktig för hennes hälsa.

⁵¹⁴ Min studie utgår från att den första kärleken härstammar från den abstrakta andra som har evigheten inom sig och älskat människan först så har således kärleken sin härkomst i den abstrakta andra och äkta kärlek har därför sin startpunkt i hen och återgår alltid till hen.

⁵¹⁵ Med det här menas i denna studie att i princip vad som helst kan utgöra en partikulär kraftkälla för människan och behöver inte utgöras av naturen, den konkreta andra eller människan själv.

⁵¹⁶ Här avses att kärleken till andra människor ger kraft.

min tolkning av forskningspersonernas utsagor kan kraften förmedlas t.ex. genom musik, konst eller praktiska vardagliga och enkla sysslor⁵¹⁷.

I kapitel 3 ”Studiens syfte och frågeställningar”, ventilerades frågan om kraftkällans⁵¹⁸ anknytning till livets mysterium och sambandet med oändlighet och evighet. Den universella kraftkällan, kärleken, antas ha kraft att förena det eviga med det timliga (tack vare sitt förbund med evigheten). När människan upplever sig som en del av denna gemenskap och erfarenhet uppstår glädje och kärlek, som gör att hon får tro och hopp som för henne framåt mot kraft och liv⁵¹⁹. Därmed kan det timliga bli till partikulära kraftkällor för människan (som kan förmedla kraft, medan urkraften emellertid utgår från kraftkällan, kärleken, med sin härkomst i evigheten). Eftersom kärleken har ett förbund med evigheten är kraften evig, och oändlig kraft finns att hämta ur källan.

Kraftkällan antas vara människan ontologiskt given men är samtidigt förborgad och dold för henne likt ett mysterium, eftersom den har sin härstamning i evigheten. Men kraftkällan kunde förstås som uppenbarad för människan genom livet självt. Lidande utgör en del av livets mysterium och när människan träder in i detta lidande så träder hon samtidigt in i hela livets mysterium. Livets mysterium utgör därmed en dold källa till kraft, utifrån vilken människan kan tillägna sig kraft. Både livets mörkaste mörker och livets ljusaste ögonblick har potential att kan kasta ljus på källan så att människan kan uppfatta den, eftersom hon erfär något som är universellt igenkännbart, en slags helighetsupplevelse där hon får sitt begär efter mening och kärlek bekräftat genom kraftkällans ontologiska gemenskap.

Kraftkällan, kärleken, kan således uppenbaras både genom skönhetens skimmer, i glädjens ljus och i lidandets mörker. Eriksson⁵²⁰ skriver: ”Människan kan inte finna frid någonstans innan hon funnit den inom sig själv”. Med det här avses i denna studie att de partikulära kraftkällorna antas kunna ge kraft när människan först

⁵¹⁷ Jfr Eriksson (1989) omtalar det hälsobringande där ”enkelheten” är en grundförutsättning för inre skönhet och harmoni, eftersom det är hälsobringande och gör människan väl.

⁵¹⁸ Jag benämnde detta för en universell kraftkälla.

⁵¹⁹ Jfr Selander (2014) som skriver att glädje är ett kärleksbevis och att den djupa livsglädjen inspirerar och genererar kraft.

⁵²⁰ Eriksson (1989, 119) hänvisar till ett citat av Buber.

utgått från den universella urkällan och där funnit kärleken, hennes väsen och boning i hennes eget innersta rum (men med ett fäste i evigheten).⁵²¹ Tillägnelsen av kraft antas därför kunna ske genom människans spegling av det partikulära (de personliga, unika kraftkällorna för människan) mot det universella (kärlekens kraft, som är gemensam för människan). Det finns en längtan inom människan efter förening med det universella och gemensamma som skänker glädje då hon inser att hon är mottagen i gemenskap med en abstrakt annan⁵²². I relationen till det universella inges hopp och glädje uppstår. Min studie utgår från att denna gemensamma och universella mening kan igenkännas av alla människor, eftersom alla antas ha evigheten ingjutet inom sig och därmed kärleken.

Samtidigt som människan längtar efter gemenskap vill hon fortfarande vara unik och fri i sitt eget väsen. Delar av henne önskar hon få bevara som heliga och orörda och fria från insyn av omvärlden. Kraft och *vardande i hälsa* uppstår när människan upplever erfarenhet av Gemenskap (från den universella kraftkällan) och genomsyras av dess kärlek (det eviga och det timligas sammanstrålning). Genom Gemenskapen inser människan att hon får förbli den samma och vara unik och okränkbar (och ha delar av sig själv i ensamhet och sitt innersta förborgat från insyn) trots att hon är i förändring i sitt vardande. Glädje uppstår eftersom människan då trots sitt lidande får inse sin heliga härstamning samt (behålla) sin värdighet och uppleva sitt eget värde som människa. Eftersom människan har evigheten inom sig betraktas hon som helig. Heligheten förpliktar ansvar som gör att hon vill tjäna och ta ansvar, dvs. leva ut sitt mänskliga ämbete, vilket avser att leva i kärlek och älska nästan. I den andras ansikte finns ansvarets förpliktelse. Eriksson (2007) menar att det etiska mötet befriar människan och synliggör claritas, ljuset, för det etiska höjer allt och alla, och genom att våga se detta ser hon även en del av sig själv, det mänskliga och evigheten. Kraftkällan ger människan en stark integritet så att hon förmår lysa upp sig själv men även sin nästa och därmed höja hans integritet och värdighet. Människan kan se sin "urvilja" om hon speglar

⁵²¹ Jfr Eriksson (2007), ur "Våga vara någons vilja": Genom att ta med den abstrakta andra (kärleken) i denna relation förmår hon spontant älska sin nästa som sig själv. Detta innebär att människan offrar något av sig själv som en gåva för den andra och tillägnar därmed sitt ethos åt hen.

⁵²² Jfr Söderlund (2004) omtalar att gemenskap har kraft att lindra lidande, som även framstiger som hälsans meningssammanhang.

det mot ljuset av det etiska, mot claritas ljus. Min studie visade att en kraftkälla⁵²³ kan upplysa människan och hennes själ, ifall den har ett förbund med den ursprungliga (ur)källan⁵²⁴. Källorna som människan använder sig av i det partikulära kan variera men t.ex. kan de enligt Eriksson (1989) utgöras av självet, en konkret annan eller naturen. Saknas detta förbund och denna återspeglning antas livskraften varken vara äkta eller bestående⁵²⁵. Eriksson gör inga betänkanden om dessa källors digniteter utan inkluderar bland dessa även den abstrakta andra men min studie har alltså visat att det finns en urkraft dvs. en universell kraftkälla som livnär och genererar de för människan personliga och partikulära kraftkällorna.⁵²⁶

Studien visade att *hopp innehar en central roll i människans vardande i hälsa*⁵²⁷. Även Coulehan (2011) beskriver hoppet och dess betydelse för hälsa, vilket tangerar resultatet i min studie på flera sätt och föranleder en närmare diskussion. Författaren omtalar hoppet som en bestående och djupgående inre styrka hos människan som inte förgår men som berikar hennes existens och väsen så att hon får motiv för framtiden och förmår återfinna mening i livet⁵²⁸. Studien har visat att kraftkällan är kärlek som samtidigt genererar tro och hopp åt människan. Samtidigt är kraftkällans krav paradoxalt nog att människan ska älska, tro och hoppas för att hon ska få tillgång till densamma.

Coulehan (2011) menar att hopp innebär en universell tröst som kan lindra lidande. Författaren beskriver kraftkällan som någonting av en inre levande källa med ett utflöde som formas av människan själv, vilket sammanfaller med resultatet i min studie. Jag fann att människan även har en frihet och ett ansvar själv inför

⁵²³ Jfr Eriksson (1989).

⁵²⁴ Genom denna återspeglning av det heliga får människan ett bestående och äkta ljus som uppväcker och stärker hennes livskraft.

⁵²⁵ Jag utgår från att kraften sinar om den inte har ett förbund med urkällans oändliga kraft (tack vare evigheten).

⁵²⁶ Studien utgår från att det kan vara så att någon av källorna genererar urkraften, och ställer frågan huruvida det kan vara den abstrakta andra som utgör urkällan, en universell kraftkälla, medan andra utgör partikulära kraftkällor som kan förmedla kraft när urkällan är i förbund med dessa.

⁵²⁷ Jfr Parry och Glover (2010) som betonar människans hopp som betydelsefullt för människans vandring mot hälsa.

⁵²⁸ Enligt författaren kan uppbyggande element för människans hopp i ett svårt lidande utgöra av mellanmänsklig samhörighet, nåbara mål, andliga övertygelser och personlig tro, mod, lättsamhet, personliga egenskaper såsom förmåga till gränssättning, fridfullhet, upplyftande minnen och bekräftelse av ens personliga värde.

gällande hur hon väljer att förhålla sig till kraftkällan. Människan har frihet att välja om hon blundar för den inre rikedom av kraft som hon besitter, och om hon väljer att bejaka den som en del av livet självt. Liksom Coulehan menar så utgör hopp en grundläggande betingelse och förutsättning för ett lindrat lidande. Men min studie visar, som tidigare nämnts, att det är kärleken som utgör den bärande kraften, medan hoppet inte innehar en lika djup dignitet. Hoppet har en helig härstamning genom kraftkällan, den abstrakta andra, som ger den en evig beskaffenhet. Tack vare den eviga återklngen finns det oändlig kraft att hämta ur kraftkällan, där tro, hopp och kärlek utgör förutsättning för dess tillägnande samtidigt som dessa källor ständigt kan påfyllas. Eftersom det finns ett evighetens frö även inom hoppet så är det hållbart och beständigt samt besitter förmåga att bära människan genom det mörkaste lidande.

Även Lohne (2008) lyfter fram hopp i samband med människans möjligheter att nå hälsa⁵²⁹. Hoppets kraft påvisar den inre oanade uthålligheten och styrkan baserad på tro och vilja. Lohne ser *människans längtan som en viktig kraftkälla* för att bevara och främja hoppet när patienten är fylld med förtvivlan och rädsla. I jämförelse med Lohnes forskningsresultat kan likheter ses i förhållande till när människan i tanken fokuserar sin inre längtan på ett kreativt och fantasirikt sätt (abstrakt eller konkret) så kan hon nå kraftkällan och erhålla dess kraft. Min studie lyfter i likhet med Näsman (2010) fram tro, hopp och kärlek som väsentliga i förhållande till hälsa. Hon skriver att dessa är dygder som finns inom människan av den abstrakta andra ingjutna, och dygd innebär fullbordan av en aktiv kraft⁵³⁰ som hjälper människan att fullkomnas och bli god och finna lyckan⁵³¹.

⁵²⁹ Författaren menar att fenomenet hopp innehåller en positiv substans, vilket är orienterat mot framtiden. Samtidigt som hoppet innehåller en framtida ingrediens och någonting positivt finns där ändå en osäkerhet på grund av att framtiden som sådan förblir oviss. Hoppet kan därmed simultant upplevas som både förförande och skrämmande. Det är utmanande för människan att balansera mellan hopp och verklighet. Utan hopp om framtida möjligheter avtar eller borttonar förr eller senare den vitala livskraften inom människan. Hopp innefattar en kreativ och fantasifull process. En hoppfull människa upplever bredare gränser och möjligheter. Hoppet kan upplevas som olika slags vändpunkter i lidandet, där människan ser möjligheter till förbättring och efterhand får allt mer hopp. Hoppet är kraftfullt och kan i lidandet vara det enda som människan upplever att finns kvar och som ger henne kraft att gå vidare och inte ge upp.

⁵³⁰ Näsman (2010) hänvisar även till teologen Thomas av Aquino.

⁵³¹ Näsman (2010) hänvisar till teologen Aquino. Näsman (2010, 130) skriver: "Det goda är både kraftens källa och verksamhetens mål."

Även andra forskningar, t.ex. Rosengren (2009), lyfter fram trons, hoppets och kärlekens betydelse för hälsa. Dessa begrepp står i relation till den abstrakta andra och vägen till hälsa och lycka. Tron och kärleken tas upp av Rosengren⁵³² som menar att om människan inte blir medveten om sin storhet kan hon inte heller bli lycklig. Människans storhet kan göras tillgänglig genom tron som gör den abstrakta andra närvarande i hennes liv. Genom tron har människan lättare att möta lidandet och hon tänker mindre på sitt elände, menar Rosengren. Min studie tar upp att människan inser att hon inte behöver eftersträva storhet, hon får tillstånd att vara liten, att vara människa. I stället finns det en trygghet i vetskapen om att den abstrakta är stor. På detta vis antas människan ha möjlighet att finna kraftkällan för att varda i hälsa och finna livsglädje. Någotning av detta kan spåras även i Rosengrens⁵³³ uttalande om att den största glädjen och sanningen finner människan i den abstrakta andra. Människan är emellertid fri att välja om hon vill bejaka den abstrakta andra. Människan har mod att göra sig fri från det världsliga genom sin förståelse och vilja då hon upplever den storhet som finns i kraft av den abstrakta andras sanning.

Studien visar att kraftkällans väsen är fördolt⁵³⁴ men paradoxalt samtidigt uppenbarat för människan likt ett mysterium. Det här tangerar axiomet om att människan lever i en verklighet som bär mysteriets, oändlighetens och evighetens kännetecken⁵³⁵. Livet har en helig härstamning tack vare evigheten och det oändliga som gör att ingen människa fullt ut kan lösa det mystiska som råder över hela hennes existens. Den här mystiken⁵³⁶ hos källan skapar dock en spänning och en rörelse. Det dolda har att göra med att kraftkällan, kärleken, utgör en abstrakt sfär som bär evighetens drag och är fördold men samtidigt uppenbarad genom livet självt. Kärleken och tillvaron är i sammanhang med varandra, och kärleken kan sägas vara brobyggare mellan det eviga och det timliga⁵³⁷. Kärleken finns som

⁵³² Författaren hänvisar till Modin.

⁵³³ Rosengren (2009) hänvisar till Pascal (citerad i Stolpe).

⁵³⁴ Kärleken är till karaktären en dold källa som gör att människan aldrig kan finna dess ursprung, skriver Böttern och Lindström (1999) som refererar till Kierkegaard.

⁵³⁵ Lindström, Lindholm & Zetterlund (2014, 197).

⁵³⁶ Kraftkällan ter sig mystisk, då den är fördold. Den är dock tillgänglig, och öppnar sig för den som kan och vill följa kärlekens lockrop och uppfordran. Kraftkällans finns till villkorslöst men ställer krav och uppmanar människan att tro, hoppas och älska för att hon gång på gång skall få kärlek tillbaka. Livet som sådant förblir dock ett olöst mysterium som människan inte rör på.

⁵³⁷ Böttern och Lindström (1999).

något givet, en kraftkälla⁵³⁸. Man kan inte lösa tron och kärleken från varandra, tron är medlet till att bevara kärleken, eftersom den till sin karaktär är osynlig. Det avgörande för den enskilda människans uppfattning är hens tro, men kärleken existerar i allt. Kärleken är ett evigt fenomen som gestaltar sig i den timliga världen.

Kärlekens källa har evighetens drag inom sig och den kan aldrig sina, den har makt över det timliga och det finns en rörelse i den. Gärningens godhet avgör den enskilde i enlighet med sitt samvete och kontakten till den abstrakta andra. Människan har en evig dimension, men hon är först och främst en timlig varelse⁵³⁹. Den mänskliga existensen betraktas vidare vara en syntes av det timliga – ändliga, och det eviga – oändliga, dvs. hon besitter trots sin timlighet även evighetens möjligheter. I relation till det eviga kan äkta glädje uppnås och inför evigheten är alla människor lika⁵⁴⁰. Människan bekräftar relationen till det eviga då hon hoppas det goda. Människan avsäger sig evigheten då hon fruktar och väljer det onda. Utifrån resultatet i min studie kan i relation till ovanstående nämnas att när människan väljer evigheten har hon genom tro och hopp även valt och tillägnat sig kraftkällan, och hon ser hoppfullt och ljust på livet och tillvarons omständigheter. Att hon tillägnat sig kraftkällan innebär inte att hon blundar för det onda i livet, snarare tvärtom, hon är sann och uppriktig och ser livet för vad det är. Detta betyder inte heller att hon i ett eventuellt lidande bara ser det negativa, i stället upplever hon tack vare evighetsperspektivet frihet att välja att fokusera det goda och positiva⁵⁴¹. Hon ges möjlighet att välja tack vare evighetsperspektivet i kraftkällan och dess urkraft kärleken.

⁵³⁸ Saeteren (2006) som hänvisar till Kierkegaard som skriver att bekräftelse kan förstås som en frigörelse av den kärlek som alltså utgör det mänskliga i grunden och möjliggör en överskridelse av självet. Den medlidande människan bidrar till denna frisättning och patientens lidande lindras genom kärlekens kraft.

⁵³⁹ Bøttern och Lindström (1999) refererar till Falk och Müller.

⁵⁴⁰ Bøttern och Lindström (1999) hänvisar till Kierkegaard.

⁵⁴¹ Matilainen (2000) beskriver Neuman-Rahns betoning av att se det ljusa och vackra i livet och leva utifrån det. Sådär skriver Neuman-Rahn (1937, Matilainen 2000, s. 295): "Låt oss försöka se livets ljusa, vackra sidor, de är källor till kraft. Ur denna kraft spirar det goda sedan upp, samtidigt som det onda, mörka i själen förtvinar i brist på näring. ...Livet bleve mera harmoniskt, sundare och lyckligare, om vi bara själva ville arbeta därpå." Ju varmare hjärtat är och ju högre skolat hennes intellekt är desto större förståelse har hon för andras tankar och lidande. Neuman-Rahn påpekar även att vårdkulturen kan ha en välgörande och hälsobringande verkan på patienten, skriver Matilainen (2000). Även vårdaren har ansvar för att skapa en god anda i vården och bör genom den goda viljan, den ljusa livssynen och glädje i sin framtoning eftersträva detta. Vårdarens

Studien visar att *fördoldheten hos kraftkällan både ruvar på och utgör samt bevarar dess kraft*. Genom att bevara det dolda som en hemlighet, kan kraften bevaras⁵⁴². När människan har tillägnat sig kraftkällan kan hon bevara sin ödmjukhet och sin förmåga att förundras över livets helighet tack vare källans mystik och fördoldhet. Förmågan att förundras över det heliga, livets helighet men samtidigt människans egen helighet, trots ett potentiellt lidande, innebär hälsa. Detta tangerar axiomet som handlar om att hälsa är mer än frånvaro av sjukdom och att hälsa innebär helhet och helighet. Människan kan således uppleva välbefinnande och mening med livet och ha hög livskvalitet trots ett svårt lidande. Hälsa ses som någonting bortom det uppenbara, som livet självt med dess ursprung i den heliga sfären. Kraftkällan är dold men kan anas av människan genom det heliga tilltalet som alla ting utandas. I människans innersta rum bor en helighet som bör bevaras och den innehar delar som bör förbli hemliga och skyddas från insyn, även för henne själv. Om människan inte förstår detta och gör anspråk på att utröna denna hemlighet, förgår kraften. Detta tangerar även axiomet om att människan i grunden anses helig⁵⁴³.

Att källan bär på en hemlighet, någonting fördolt fascinerar och lockar människan, som gör att hon dras till den. Det gåtfulla hos kraftkällan har att göra med att den utgörs av den abstrakta andra, som besitter evigheten och livnär livet självt och därför kan betraktas som helig. Människan kan aldrig fullt förstå sig på kraftkällan. Människans härstamning från den heliga kraftkällan och dess förbund med evigheten gör att hon i viss mån utgör en gåta och en hemlighet för andra, men även för sig själv. En bit av människans innersta förblir alltid en hemlighet, också för henne själv. Dessa delar kan hon aldrig avtäcka eller fullt ut förstå.⁵⁴⁴

etiska grundhållning måste vara en kombination av både "hjärtats och intellektets bildning", dvs. kärlek i förening med den rätta förståelsen.

⁵⁴² Jfr Gadamer (1996, 131) som hänvisar till Herakleitos sats: "The harmony which remains hidden is mightier than the harmony that is revealed."

⁵⁴³ Rosengren (2009, 145) skriver utgående från Saaristo och Hedegård såhär: "Ordet helig används i Bibeln om både Gud och människor. Det hebreiska ordet *gadosh*, som översätts med helig, betyder upphöjdhet, höghet och majestät. Det grekiska *hagios* betyder något som framkallar häpnad och vördnad. Att vara helig är att vara Guds egendom."

⁵⁴⁴ Detta påstående kan spåras genom att det ibland sker saker inom människan som hon inte ens själv kan förstå.

Resultatet i studien visar att människan kan uppnå gemenskap med kraftkällan men inte enhet. Detta är väsentligt att förstå, och inbegriper kravet att människan inte förgriper sig på källan utan i stället inser att den är fundamentalt annorlunda, så att hon inte själv tror sig vara kraftkällan och höjer sig själv så att hon går miste om sin egen litenhet eller det eviga perspektivet. Att hälsan är gåtfull handlar om att med ödmjukhet betrakta hälsan som en del av livet självt och därigenom inte förgripa sig på att utröna dess väsen utan att i stället tro på livet och bevara ”hemligheten” och därigenom kraften. Det är väsentligt för människans hälsa att delar av henne själv, hennes inre, får förbli och bevaras hemliga. Delar av hennes inre har ett förbund med det eviga och den abstrakta andra, som även är fördold, varför hon inte bör blottlägga och utsätta allt inom sin själ och ande (som utgör hennes inre rum) för dagsljus. Risker med att blotta allt är att de förlorar sin dignitet och upphöjdhet, som har sin härstamning i den eviga kraftkällan.

Min studie visar att kraftkällan ständigt finns nära människan⁵⁴⁵, längtar efter henne⁵⁴⁶ och inbjuder till gemenskap. Människans inre längtan har en dragning mot kraftkällan⁵⁴⁷ eftersom den utgör hennes egentliga hem. Människan har sin härstamning i den heliga kraftkällan som är förbunden med evigheten och hennes inre längtan är därför alltjämt i grunden att få leva och vara till i kärlek. Nurminen (2009) tar upp att människans strävan i livet och sökande efter sanning handlar om längtan efter den abstrakta andras helighet och kärlek⁵⁴⁸.

Studien lyfter fram att människans otillräcklighet i sig själv och hennes inre längtan efter kraftkällan har att göra med att hon inom sig har ett fundamentalt begär efter att nå sin egen enhet och bli sant mänsklig⁵⁴⁹. Därför har hon en inre längtan efter kraftkällan, som utgör det hem som hon en gång utgått från. Det är den abstrakta andra som en gång nedlagt evigheten i människan, varför hon upplever längtan tillbaka till sitt egentliga hem. Men studien visar att samtidigt som människan har denna inre längtan efter kraftkällan utgör saknaden ett tecken

⁵⁴⁵ Jfr Nurminen (2009) som skriver att evigheten trots sin upphöjdhet ständigt är närvarande i människans liv.

⁵⁴⁶ Jfr Rosengren (2009) som skriver utgående från Pascal att förändringen förutsätter att människan låter sig sökas av den abstrakta andra.

⁵⁴⁷ Jfr Rosengren (2009) som skriver att det finns en längtan efter mening i livet likt en rörelse inom människan, där själen söker en helhet som skapar frid och harmoni.

⁵⁴⁸ Jfr Nurminen (2009) utgående från Augustinus.

⁵⁴⁹ Jfr Wärnå (2002).

på kraftkällans existens, att den väntar människan och inbjuder henne tillbaka hem. Nurminen (2009) menar däremot att människans längtan efter förening med den abstrakta andra har att göra med att människans perspektiv är begränsat och underställt tiden, varför hon medvetet eller omedvetet vill nå förening med den abstrakta andra och hens fullkomlighet. Människans strävan går mot att uppnå denna fullkomlighet via evigheten. Människan kan lyfta sig mot evigheten och således bli oberoende tiden⁵⁵⁰. Författaren lyfter fram evighetens dubbeltydighet eftersom den trots sin upphöjdhet även ständigt är närvarande i människans liv. Detta forskningsfynd är identiskt med resultatet i min studie, eftersom den även visade att trots att kraftkällan på grund av sin eviga sfär är förborgad och fördold för människan så att hon aldrig kan röja dess hölje då den är så fundamentalt annorlunda så är den paradoxalt även samtidigt mystiskt närvarande genom livet självt. Tidsrörelsen är aldrig stillastående, medan det i *evigheten finns stillavarande*. Även Nurminen konstaterar att det finns kärlek i evighetens sfär.⁵⁵¹

Andlighet⁵⁵² och transcendens har en central position då det gäller människans väg till kraft och hälsa⁵⁵³. Den andliga dimensionen och förmåga till transcendens omnämns i tidigare forskning även som en inre styrka⁵⁵⁴. Lundman et al. (2011) skriver att inre styrka utgör en viktig resurs som främjar välbefinnande. Hög inre styrka hos patienter innebar även att de hade bättre fysisk hälsa och mera

⁵⁵⁰ Nurminen (2009) utgående från Augustinus.

⁵⁵¹ Nurminen (2009) utgående från Augustinus teorier. Det timliga inordnas i varats regioner och *evigheten är en transcendent och andlig sfär*.

⁵⁵² Büssing och Koenig (2010) skriver att andlighet utgör en viktig källa för människans kamp i lidandet. Andligt stöd sammankopplas med högre kvalitet i livet. Författarna har i sin studie studerat patienter med kroniska sjukdomar och menar att behov av frid, hälsa och socialt stöd är universella mänskliga behov men av speciell betydelse för patienter med långvariga sjukdomar.

⁵⁵³ Jfr Rosengren (2009) som lyfter fram det andliga och att tron kan göra att människan uppfattar grundsanningarna i livet med hjärtat samt att de andliga frågorna kan få svar genom visheten som bor inom henne. Författaren skriver utgående från Eriksson och Lindström att människan är lyhörd för hjärtats röst när hon bejakar ethoset och således har mod att vara den hon innerst inne är. Andlig vård innefattande religiöst stöd utifrån patientens längtan och begär kan utveckla och främja hälsa samt skydda och bevara människans värdighet (Rykkje et al. 2012). Därmed tolkar jag att när människans längtan och begär efter andlighet besvaras så utgör detta en kraft till hälsa. Den som är hälsa upplever även sin värdighet som unik människa och vill bevara värdigheten; Jfr även Büssing et al. (2010).

⁵⁵⁴ Lundman et al. (2010); Jfr även Williams (2012) som skriver att människor har en inneboende styrka (kraftkälla) i sig själva till självtranscendens och för att lindra lidandet. Människan har en inre kraft att inte bara möta utmaningarna som möter dem utan även att växa genom sina erfarenheter.

tillfredsställande sociala relationer. Här kan man dra paralleller till resultatet i min studie som visade att lidande och sjukdomar kan förblinda människan från att finna sin kraftkälla och göra att hon inte har kraft att söka sig till dess källåder. Samtidigt tangerar forskningsresultatet från Lundman et al. min studie gällande människans väg för att få inre styrka. Min studie visade i likartad stil att upplevelsen av värdighet, gemenskap och kärlek till nästan ger nyckeln till kraftkällan för att kunna tillägna sig inre kraft, trots lidande.

Sivonen (2000) uttrycker att det i lidandet finns en längtan eller ett begär efter det andliga och avhandlar i sin forskning den andliga sidan av hälsa. Hon menar att det som kännetecknar andlighet är fördolt, men manifesterar sig som en förmåga till kärlek och tillit på görandenivån. Att känna gemenskap med den abstrakta andra och medmänniskorna, uppleva mening i livet och att drömma är kännetecknen för den andliga hälsan på varande nivån. Längtan efter någon som kan trösta, hjälpa och inge mod och liv finns på vardande nivån.

Wiklund (2008) omtalar andligheten hos människan som en kraft men att denna bör vidröras för att lidandet ska kunna lindras. Viktiga aspekter av andligheten kan länkas till relationer med självet, med andra och med den abstrakta andra. Författaren ser att andligheten vidrörs när människan upplever gemenskap, vilket därför är central för ett lindrat lidande⁵⁵⁵. Wiklund visar att behovet av gemenskap härrör från att *lidandet hos människan framkallar en upplevelse av att vara utestängd från andra och från livet självt*. Detta är i samklang med min studie som visar att vägen till kraftkällan handlar om att återfå den förlorade kontakten med livets villkor och inre väsen⁵⁵⁶ och att livets mysterium i sig utgör en dold källa till kraft. Därmed kunde man säga att för att nå kraftkällan och kunna tillägna sig den

⁵⁵⁵ I min studie tolkas upplevelse av att vara efterlängtat och behövd (dvs. besvarad längtan efter kärlek genom Gemenskap) kunna skänka livsmening som utgör en källa till kraft.

⁵⁵⁶ Min studie visar att när människan upplever närhet till en abstrakt annan genom den kärlek som källan utstrålar vidrörs hon på djupet. Kraftkällan finns djupt rotad inom människan men härstammar från den andliga dimensionen. Sann kärlek leder alltid till den abstrakta andra, den utgår från honom och även om den går via en konkret annan återvänder den alltid tillbaka till den abstrakta andra. Detta avser att när människan älskar livet självt, dess kärna, har hon möjlighet att utöva sitt mänskliga ämbete (handla utifrån kärlek) varpå glädje, frid och livskraft uppkommer.

vore det viktigt att återfånga kontakten med livet självt och komma i beröring och i gemenskap (med andra och med livet självt)⁵⁵⁷.

En lidande människa behöver få sitt eget värde som människa bekräftat och därigenom erfara gemenskap för att hennes lidande ska kunna lindras. Detta tangerar det vårdvetenskapliga axiomet som berör gemenskapens väsen som finns djupt lagt inom människan och som lyder: *"Gemenskap är grunden för allt mänskligt liv. Människan är i grunden interrelaterad till en abstrakt och konkret annan i gemenskap"*⁵⁵⁸. Axiomet uttrycker att det inom människan kan vakna tro och hopp som bär framåt mot kraftkällans liv och hälsa om hon vidrörs i sin djupt rotade längtan efter gemenskap med den abstrakta eller konkreta andra. I relation till andliga aspekter kunde detta formuleras i termer av ett behov av en upplevelse av samhörighet och gemenskap⁵⁵⁹. Nåden och Eriksson (2002) beskriver mötet där det djupt mänskliga stiger fram genom upplevelsen av tillhörighet och gemenskap med det djupt mänskliga. Detta kan jämföras med Rehnsfeldt (2000) som skriver att när människan befinner sig i ett livsavgörande skeende söker hon ny livsmening. Författaren menar att det naturliga likställs med det universella och att människan kan få det universella att uppenbaras och öppnas genom känslor som hänför sig till livets grundvillkor, t.ex. glädje, kärlek, sorg⁵⁶⁰. I gemenskapen med en annan människa berör parterna varandra på en universell nivå, vilket möjliggör kraft till nyskapande, en ny livsmening som kan lindra det outhärdliga lidandet i livsförståelsemörkret. Mötet är meningsskapande och utgör en grund för att människan ska kunna öppna sig för en vändpunkt i förtvivlan, och människan kan tillsammans med den andra ge språkliga uttryck för sitt lidande. Människan utvecklas därmed mot ökad livsförståelse och livsmening.

⁵⁵⁷ Jfr Arman et al. (2011) som skriver att akten av caring (vilket i denna studie kan liknas vid människans upplevelse av gemenskap trots lidande) kan sträva efter att erbjuda patienten ett öppnande och en glimt av hur det kan vara att finna hälsa mitt i lidandet. I kreativa och flexibla processer kan en patient med *utmattningssyndrom* även dra nytta av ett introducerande av reflektioner kring djupa livsmotiv. Att komma i kontakt med ett naturligt liv kan uppväcka dennes autentiska längtan och grundläggande kreativa aktioner för att bemästra det outhärdliga lidandet och omvandla det till ett lidande som upplevs som uthärdligt.

⁵⁵⁸ Lindström et al. (2010, 197), Se bilaga 1.

⁵⁵⁹ Författaren menar att den vårdande relationen kan fylla dessa behov genom att skapa en trygg bas att stå på där de kan utforska sig själva och där de har möjlighet att medvetande göra sitt lidande. Således kan de även ha möjlighet att finna ny mening och återknyta till sig själv och andra.

⁵⁶⁰ Rehnsfeldt (2000) hänvisar till Løgstrup.

Min studie belyser att tillägnelse av kraftkällan ytterst handlar om att människan erfar en universell men samtidigt personlig upplevelse av att vara mottagen i gemenskap som skänker glädje och nytt hopp om kärlek som gör att den ontologiska ensamhetskänslan inte skymmer siktet, men ger kraft att våga älska⁵⁶¹. Studien visar att *den upplevelse av värdighet som följer på att människan ser sig själv vara till i ett sammanhang och tillhöra en gemenskap av något slag* innehar en avgörande betydelse för hennes tillägnelse av kraftkällans livskraft. Resultaten kan förenas med Wiklund (2008) som omtalar andligheten som en kraft som bör vidröras inom människan för att lidandet ska kunna lindras. Viktiga aspekter av andligheten kan länkas till relationer med självet, med andra och med den abstrakta andra. Wiklund ser att andligheten vidrörs när människan upplever gemenskap, vilket därför är centralt för ett lindrat lidande, och den vårdande gemenskapen har potential att bidra med denna upplevelse av gemenskap⁵⁶².

Även Norberg, Bergsten och Lundman (2001) omtalar gemenskapens kraft att hela människan, och den bärande substansen till gemenskap utgörs av tröst. Tröst har innebörden att komma hem⁵⁶³. Tröst kan upplevas som att vara hemma i sig själv, skriver Roxberg. *Lidandet är relationslöst och ensamt i sig självt medan tröst är gemenskap*, menar hon⁵⁶⁴. Roxberg (2005) skriver att hemmet är det viktigaste av allt för människan, vilket förknippas med trygghet och livets mening. Därmed kan tolkas att hemmet och gemenskapen där är väsentliga för att återskapa hälsa i ett lidande, eftersom där finns tröst. Roxberg skriver att tröst innebär att ge upp behovet av att förstå att man lider. När den lidande slutat göra anspråk på uppgiften att förstå meningen med lidandet kan det bli synligt.⁵⁶⁵ När människan inte längre koncentrerar sig på att finna svaren utanför sig själv utan i stället fokuserar kraften inåt mot att förstå sig själv och livet, får hon kraft att vända sig inåt och därigenom mod att bemöta verkligheten för att agera⁵⁶⁶. När människan funnit meningen med sitt liv framstår även meningen med lidandet, vilket är

⁵⁶¹ Jfr Selander, (2014).

⁵⁶² Wiklund skriver att (2008) fokus bör vara på att skapa tillväxt hos patienten genom dennes möjligheter snarare än att vara upptagen med dennes problem. Att ge och dela är centrala delar av holistisk vård.

⁵⁶³ Författaren hänvisar och jfr med Norberg, Talseth och Rasmussen m.fl. som säger det samma.

⁵⁶⁴ En central aspekt av en vårdande tröst är modet att lita på att man är accepterad sådan man är, skriver författaren.

⁵⁶⁵ Roxberg (2005, 120).

⁵⁶⁶ Jfr Wärnå (2002).

likställt med livets mening. Genom att utgå från att lidandet kan lindras när människan ser en mening med det och således ser själva livets mening, kan hon i lidandets kamp försonas med livets villkor. Även Wiklund (2000) skriver att vardandet förutsätter förnyelse genom att människan försonas, varför försoning utgör ett av lidandets olika dramaakter. Wiklund menar att patienten försöker återfå sin enhet och helighet i lidandekampen. Människan vandrar då ensam sökande efter ett sammanhang i tillvaron. Människan kan besvara sin innersta längtan när hon vågar stanna upp. En aktiv självvald ensamhet⁵⁶⁷ är god, eftersom den trots inåtvändheten kan göra att människan når fram till något av tillvarons hemlighet⁵⁶⁸. Målet för denna ensamhet är att söka den inre kraftkällan och att nå förnyelse. För att nå fram till försoning i lidandets kamp förutsätts att människan offerar sig själv. Försoningen skänker frid som öppnar vägen till nytt liv.⁵⁶⁹

Min studie visar att en människa som i sitt lidande tröstar någon själv eller delar sin livsberättelse (hon öppnar sig och visar sin svaghet) med en annan människa kan skänka henne själv kraft. Detta är möjligt eftersom hon genom äkta medlidande kommer livet, kraftkällan, nära och upplever sig hemma och trygg, genom gemenskapen som delandet av svagheten i lidandet frammanar. Människor som delar sin svaghet kan mötas i en äkta gemenskap eftersom mötet sker på en partikulär och därmed personlig nivå men främst på en universell nivå, vilket är kraftgivande⁵⁷⁰. Det är alltså fråga om en förening mellan det partikulära och det universella, där gemenskapen och närmare bestämt kärleken utgör den förenande länken som fungerar kraftgivande. Kraftkällan förser människan med inre visshet om en djupare existentiell tillhörighet, där hon aldrig ofrivilligt är ensam, vilket upplevs som en inre frid⁵⁷¹. Insikten om livets väsen, dess provisorium, är en källa till glädje och kraft.

⁵⁶⁷ Råholm (2003) benämner denna ensamhet för Getsemane som är en helig mark, ett ingenmansland.

⁵⁶⁸ Råholm (2003) hänvisar här till Lindholm.

⁵⁶⁹ Råholm (2003) refererar till Eriksson.

⁵⁷⁰ Jfr Roxberg (2005) menar att lindring i lidandet kan uppnås genom ett tröstande möte i form av en djup samhörighet i gemenskap. Tröst som tröstande kan uppfattas som att den lidande upplever sig vara mött, att hen bemött sitt eget förhållande till sin existens. Trösten framkallar hopp, menar Roxberg som refererar Söderberg. Författaren visar att *hopp är relaterat till det heliga* (Roxberg hänvisar till Benzein).

⁵⁷¹ Jfr Roxberg (2005, 146): "I denna avhandling framträder förhållandet tröst och mening som *att offra sitt eget sökande efter mening för att i stället leva sitt liv* genom vad en annan uppfattar som meningen med lidandet, även om man inte förstår den meningen." Där människan rör sig mot

Norberg, Bergsten och Lundman (2001) använder sig av begreppet "communion" för att beskriva gemenskap som de hävdar förmår framkalla kontakt med den heliga dimensionen som människan delar, dvs. godhet, ljus, glädje, skönhet och liv. Detta tangerar resultatet i min studie, dvs. att gemenskapen kan lindra lidandet, vilket innebär att det i förlängningen är den andliga och den heliga dimensionen som ger lindring. Kraftkällan frammanar ett perspektivskifte som möjliggör hälsa trots ett svårt lidande. Tillägnelse av kraftkällan genom evighetsdimensionen gör att människan vilar i visshet. När människan inser sin heliga härstamning genom kraftkällans livskraft blir hon en enhet i sig själv. Människan kan verkligen bli sig själv eftersom hon inser *sanningen* (den universella och eviga sanningen) och tack vare den inser sin heliga härstamning, vilket skänker visshet om en djupare existentiellt tillhörighet. En människa som har förmåga att förundras över livets till synes enkla små ting har en inre ödmjukhet som bl.a. visar sig genom en ödmjukhet som ger förnöjsamhet och livsglädje i vardagen, vilket utgör en grund för hälsa. Hon tar då inte livet för givet utan njuter av vardagen. Genom att se med kärlekens ögon finner hon att det i varje mänskligt möte och skeenden i vardagen finns någonting nytt som väntar på henne. Oberoende av hur triviala de må tingen än må verka så finns det någonting nytt att upptäcka, eftersom det heliga finns i det enkla och okonstlade. Att fokusera på det som man har här och nu, och känna förnöjsamhet och lycka över en helt vanlig dag utgör exempel på detta. Människan har naturligt i sig förmågan att förundras, liksom ett barn naturligt förundras över alla livets ting. Ibland förlorar eller glömmar människan sin förmåga att förundras, den kan fördunklas av lidande och sjukdom, eller hon kan blunda för den, vilket innebär att hon samtidigt också förlorar tillgången till kraftkällan och livsglädjen. Genom att människan ändrar perspektiv och intar evighetens perspektiv kan hon tillägna sig kraftkällan. Att inse den abstrakta andras härlighet och tilltal i bl.a. naturen ger livsglädje, eftersom det påminner människan om den yttersta källan till kraft som härstammar från en annan dimension. Målet med livet är helt enkelt att leva, och att älska livet är att älska den abstrakta andra. Kärleken till livet är detsamma som kärlek till livets ursprung, den abstrakta andra. Den abstrakta andras härlighet framträder i det vanliga livet som en stor glädje som kommer från den abstrakta andra och en inre visshet om att denne utgör den absoluta kärleken.

upplevelse av helhet och helande i en vardande tröst, har hon låtit lidandet lidas och överlämnat lidandet i stället för att försöka förgripa sig på dess mening som ter sig oförståelig, menar Roxberg. Denna typ av tröstande vila kan ses som hälsa.

Att människans upplevelse av att ha ett eget värde är avgörande för hennes *vardande i hälsa* liksom hennes upplevelse av värdighet har bekräftats genom denna studie. Nåden och Saeteren (2006) skriver att inre styrka kan främjas när människan ses som unik och blir förstodd samt när hennes värdighet och värde upprätthålls. När människans andliga längtan och begär bekräftas kan hälsan utvecklas och främjas vilket skyddar och bevarar hennes värdighet⁵⁷². Även Lundman et al. (2010) menar att människans inre styrka har att göra med relationen och sammanhörigheten med familjen, samhället, naturen och den andliga dimensionen såsom förmåga till transcendens⁵⁷³. Även andra forskare⁵⁷⁴ omtalar *andlighetens värde för att lindra lidande*⁵⁷⁵.

Yong et al. (2008) och Büssing et al. (2009) menar att hopp och frid hade högsta relevans gällande patienternas andliga behov⁵⁷⁶, följt av mening och syfte, kärlek och sammanhörighet och acceptans inför döendet. Relationen med den abstrakta andra (det heliga) hade däremot lägre relevans⁵⁷⁷. Lundman m.fl. (2010) skriver att ha en inre styrka är att vara kreativ och flexibel, vilket betyder att tro på sina egna möjligheter att verka och att göra val och påverka livets bana i en förnimbar⁵⁷⁸ meningsfull riktning. Inre styrka är att ta ansvar för sig själv och andra samt att kunna uthärda och handskas med svårigheter och mångfald. Min studie visade även att den andliga dimensionen och en förmåga till transcendens är väsentlig för att nå inre styrka, men inte på samma sätt som ovannämnda forskning hävdar, dvs. att det är själva transcendensen som utgör själva styrkan, kraftkällan. Min studie betonade i stället människans inre förmåga och hennes egen kraftkälla genom

⁵⁷² Rykkje et al. (2012).

⁵⁷³ Jfr Parry och Glover (2010) som menar att människan har förmåga till transcendens är väsentligt för hennes vandring mot hälsa.

⁵⁷⁴ Bl.a. Yong, Kim, Han, Puchlaski (2008) och Büssing, Michalsenm Balzat, Grünther, Ostermann, Neugebauer & Matthiessen (2009).

⁵⁷⁵ Jfr Nurminen (2009) som hävdar att upplysandets ögonblick med tillblivelse inträder då människan strävar efter det andliga eftersom hon upplever vishet genom det tidlösa väsen.

⁵⁷⁶ Författarna har, genom användandet av skalan för andliga behov, undersökt andliga behov hos patienter med cancersjukdom. Patienternas andliga behov skiljde sig inte med respekt för ålder och utbildning men nog betydligt beträffande religion, dvs. de som inte hade en religiös tillhörighet hade minst andliga behov.

⁵⁷⁷ Detta avviker alltså från det resultat jag i min studie erhållit, eftersom det visade att den abstrakta andra fick en avgörande roll för människans hälsa och hennes vardande rörelse.

⁵⁷⁸ Författaren använder i sammanhanget det engelska begreppet *perceived*.

evigheten, och den abstrakta andra. Emellertid har jag inte hittat några forskningar som inriktat sig på att undersöka vad-frågan om kraftkällan, dess ursprungliga väsen. Utifrån resultatet i studien framgår även gemenskapen till den konkreta och abstrakta andra som en väg till kraftkällan. Det sköna som erfars genom stillheten i den skapande akten utgör även en väg till kraft. Detta sköna kan återfinnas t.ex. i naturen liksom ovannämnda studie pekade på.

Studien visar att *kraftkällan är en aktiv part i människans liv* som utger lockrop till henne i form av skönhet som hon förnimmer. Denna upplevelse av skönhet som vittnar om kärleken och ger uttryck för källans väsen skapar en ontologisk och andlig hemlöshet inom människan som väcker hennes inre längtan efter källan. Denna inre längtan ger henne rörelse mot den. Studien visade att mötet med det *mystiska och eviga hos kraftkällan ger livet ett nytt ljus, och att döden och livet självt har makt att "skaka om" och öppna för någonting nytt*⁵⁷⁹. Studien pekar även på att kraftkällan bär evighetens drag och besitter outtömlig kraft genom denna evighetens urkälla till kraft. Kraftkällan *står i förbund med evigheten* och erbjuder människan oändlig värdighet och bestående frid tack vare evighetsperspektivet som stärker kärleken till nästan. *Först i evigheten blir människan den hon är avsedd att vara.*⁵⁸⁰ *I evigheten har hon inträtt i sitt innersta rum och är hon hemma i sig själv och hemkänslan ger trygghet och kraft.* I tidigare forskningar har inte evigheten och människans *vardande i hälsa* explicit framkommit i samband med varandra, men däremot framkom människans värdighet som betydelsefull för hennes vandring mot hälsa⁵⁸¹ och Nurminen (2009) skriver att människan kan finna en ny utgångspunkt i livet när hon erfar det eviga varat och gemenskapen med den abstrakta andra som människan kan förnimma via evigheten.

I anslutning till ovanstående stycke bör nämnas att min studie även visar att *kärleken är den förenande länken mellan timlighet och evighet*⁵⁸². Tidigare forskningar inom den egna caringtraditionen visar att döden som fenomen kan uppväcka människan i ett svårt lidande och att döden därför har betydande möjligheter för människans *vardande i hälsa*. Förnimmelse av evigheten föregås av

⁵⁷⁹ Jfr Nurminen (2009) skriver att döden begränsar människan genom det timliga varandet.

⁵⁸⁰ Jfr Arman & Rehnsfeldt (2011).

⁵⁸¹ Parry & Glover (2010).

⁵⁸² Jfr Bøttern och Lindström (1999) som menar att kärleken och tillvaron är i sammanhang med varandra, och att kärleken är en brobyggare mellan det eviga och det timliga.

att människan i stillhet och ensamhet gör sig redo att ta emot kraftkällan⁵⁸³. Lindholm, (2000, 67) skriver: "Ensamheten kan utgöra möjlighetens rum för vardandet mot unikheter." Genom ensamhet kan människan nå försoning beträffande livets väsen (dess grundvillkor genom det timliga varandet, dess ändlighet) och ödmjukt tillägna sig kraft⁵⁸⁴. Lindholm (2000) menar även att i ensamheten kan en djupdimension skönjas där människan uppfattar sin inre enhet, hennes förening med medmänniskan, naturen eller den abstrakta andra. Ensamhetens syfte är att nå förnyelse och att söka den inre kraftkällan. Min studie visade att mörkret i lidandet döljer en hemlighet där människan genom ensamhet kan erinra sin anknytning till kraftkällan.

Studien tar upp att *döden för människan närmare livets källa*⁵⁸⁵ vilket antyder att *döden innehar avgörande betydelse för att försätta människans vardande i rörelse*. Människan har en drivenhet inom sig på grund av att hon bär sin egen död inom sig, skriver Nurminen (2009)⁵⁸⁶. Min studie antyder att det är kärleken, dvs. genom att älska (genom kärlekens kraft) som människan kan vinna kampen mellan det timliga och det eviga. Kärleken möjliggör att människan trots att hon är en timlig skapelse även inser sitt ursprung och den andel evighet som hon besitter samt att hon därigenom kan finna frid. Det timliga kan utgöra en blockad som hindrar människan från att inse sin vishet genom evighetens strålar av ljus⁵⁸⁷. Lindholm (1998) beskriver detta som att människan är driven i sitt begränsade tidsliga rum och att detta kan utestänga henne från hennes vishet som kan visa glimtar av evigheten. Då människan underordnar sig tidens ändlighet och ser döden som en del av livet bejakas den inre tidsdimensionen och tidens oändlighet som kan

⁵⁸³ Lindström och Lindholm (2003) hävdar att människan i ensamhetens stumma inandning kan tillägna sig något av universums ödmjukhet. Tvåsidighet i ensamhet, å ena sidan ensamhet som lidande och å andra sidan ensamhet som meningsfull för existensen (Nilsson, 2004).

⁵⁸⁴ Jfr Lindholm (2000).

⁵⁸⁵ Detta kan belysas genom att citera en patients utsaga i Nurminens (2009, 143) avhandling: "Det är förunderligt – jag vill faktiskt inte vara utan den här delen av mitt liv! Jag har ytterst begränsad tid kvar här. Men det är först nu jag känner mig närvarande. Döden för mig närmare livet."

⁵⁸⁶ Nurminen (2009) skriver att människan strävar efter att överbrygga klyftan mellan det timliga och evigheten, vilket sker genom inre kamp mot den egna tidsliga bristen. Det råder en *ontologisk dualism* mellan det heliga och människan.

⁵⁸⁷ Jfr Lindholm, 1998. Med tanke på dödens och hälsans samband, menar Lindholm att livet för människan antingen betraktas ur perspektivet evighet eller ändlighet, vilket har konsekvenser för motiven till hälsa och upplevelsen av hälsa.

skänka visshet om gemenskap med evigheten som för närmare livet.⁵⁸⁸ Studien visar att döden och lidandets mörker fungerade som utlösande omständigheter, genom ett konfronterande påbud som upplyser människan om att hon nått en punkt där hon tvingas göra ett val. Min tolkning av forskningspersonernas utsagor visar att det i ångestens djupaste förtvivlan finns ögonblick då människan tvingas välja riktning, att antingen kämpa för livet eller ge upp⁵⁸⁹. Rädslan för döden och det okända intet kan väcka människans vilja och ge en första rörelse där hon får kraft att påbörja kampen mot något (döden) och för något nytt (livet) genom dygderna tro, hopp och kärlek⁵⁹⁰.

*Kraftkällans väsen kan upplysa människan med sin kärlek, tro och hopp genom de konkreta andras stöd, närvaro och gemenskap*⁵⁹¹. Kraftkällan gör att människan söker det goda och positiva, eftersom den ger perspektivändring med evighetens ljus som väcker ”kärleken till nästan” inom människan som gör att hon ser ljus på livet och tillvaron trots ett befintligt lidande i mörker. Kraftkällan möjliggör även att människan finner de positiva små fragment även när lidandet är svårt. Kraftkällan ger inre visshet om en högre existentiell dimension som skänker vila och frid.

Ett paradoxalt men intressant resultat i studien är att kraftkällans tillägnande *fordrar att människan (trots att hon själv är lidande) samtidigt själv är aktiv genom*

⁵⁸⁸ Nurminen (2009) skriver att en människa som är lidande och eventuellt dödssjuk blir varse om att ’tillgängligheten’ i nuet är ändlig och därför dyrbar. Hon får en lyhördhet för nuet och ser att denna tid är dyrbar. Människan tvingas offra sin levnadstid och det sker en rörelse mot lust där hon måste gripa tag i det liv som återstår.

⁵⁸⁹ Saeteren (2006) menar att ögonblicket är timlighetens och evighetens beröringspunkter och då människan i ögonblicket förhåller sig till sin forntid och framtid uppstår frihet. Människan lever ständigt i kampen mellan möjlighet och nödvändighet, liv och död, det goda och det onda och *måste i varje ögonblick välja riktning*.

⁵⁹⁰ Jfr Büssing och Koenig (2010) som skriver utgående från en studie av Höcker (2011) att ångest och oro hade en betydande inverkan på cancerpatienters behov av inre frid, existentiella behov och att vara aktivt givande. Författarna hävdar därmed att ångest och oro kan verka som en kraftfull motivation för att söka uppfylla de andliga behoven.

⁵⁹¹ Jfr Hung-Ru (2008) som skriver om patienter som är lidande ändå samtidigt söker efter mening med sitt liv. De upplevde medlidande, glädje, kärlek och värde genom att känna sig tillfreds över sin livskvalitet, genom att ha goda relationer med familj och vänner, utövande av religion, uppskattning genom nuet genom att hålla vardagslivet normalt. Patienterna byggde hopp och tro genom möjligheten att få fortsätta leva, genom att tro på en möjlig bot/behandling, genom religiösa övertygelser och genom att få uppmuntran från familjen och andra.

*att älska och leva ut sin kärlek genom konkreta handlingar (dvs. i ett görande)*⁵⁹². Det kan självfallet, vid en första anblick, förefalla anmärkningsvärt att en människa som lider och är i stort behov av stöd själv skulle få mest kraft genom att själv ta tag i Saken (livet) och agera för att bli ett stöd åt någon annan för att själv få kraft. En människa som befinner sig i ett totalt mörker⁵⁹³ kan behöva en hjälpande hand för att komma sig framåt i form av ett första stöd av en vänlig själ (t.ex. en vän). Människan kan även genom att plötsligt uppfatta ett ögonblickligt hopp via den eviga kraftkällan få mod⁵⁹⁴ och tro på att kärleken bär. Detta första hopp kan ha en avgörande inverkan på människan som gör att hon väljer att leva i kärlek genom att ge kärlek konkret till andra, varpå hon erfar det sanna, sköna och det goda. Detta ger henne kraft och föder även mer kärlek. Detta kan jämföras med Nurminen (2009) och visar på att det är först när människan själv får göra någonting för att komma någon vart i sitt lidande som hon kan tillägna sig kraft i sitt *vardande i hälsa*. Kraftkällan fordrar människans egen vilja och aktivitet, dvs. när hon är verksam och lever livet⁵⁹⁵, oberoende av dess omständigheter kan krafterna ur källan komma i rörelse och tillägnas människan⁵⁹⁶. Resultatet i studien visar att när människan älskar kan hon tillägna sig den heliga kraften eftersom hon då förenar det timliga och det eviga genom kärleken. Därmed visar studien att kraftkällan ger kraft men samtidigt ställer krav. Uppmaningen är att människan ska eftersträva sitt mänskliga väsen genom att älska nästan för att tillägnelse av kraftkällan ska kunna äga rum.

Kraftkällan uppenbarar sig för den som älskar och uppfyller henne med en levande kraft. Kärleken till nästan synliggör och utgör samtidigt även vägen till ny kraft. Kärleken fullbordas därmed genom handling. Genom att ge kärlek så fås kärlek och kraft tillbaka⁵⁹⁷. Kärleken till nästan utgör vägen till kraftkällan, och dess tillägnande förutsätter att våga ett språng i trons tecken. Kärleken till nästan innebär att människan har gått ur sig själv för att ta emot den abstrakta andra i sitt liv. Människan har alltså "återgått till att verkligt bli sig själv" genom att komma

⁵⁹² Jfr Arman & Rehnsfeldt (2011).

⁵⁹³ Jfr Rehnsfeldt (1999) som använder uttrycket "livsförståelsemörker".

⁵⁹⁴ Lassenius (2005) utgår från att det *förutsätter mod att stiga ner i sitt inre*.

⁵⁹⁵ Jfr Strandmark (2007).

⁵⁹⁶ Jfr Söderlund (2004) som betonar att hälsa innebär att få tillstånd att leva – och inte bara existera – även om människan befinner sig i ett lidande.

⁵⁹⁷ Jfr Söderlund (2004) som menar att kärlekens gärningar kan inge hopp och tillit inom människan att våga leva utifrån sitt mänskliga ämbete.

samman i en ny enhet då hon gjort sig fri och öppen att ta emot kraftkällan. Först på detta sätt kan hon vara verkligt i kärleken, leva ärligt och konkret leva ut kärleken till nästan⁵⁹⁸. Människan både ger och får i sitt *vardande i hälsa*. Det är på detta vis som hon blir ödmjuk, och ju mer kärlek hon ger desto mer kraft får hon, och desto mer ödmjuk blir hon. Mötet med kärlekens kraft bekräftar människans värde och gör henne ödmjuk. Detta tangerar axiomat om att människans värdighet innebär att inneha det mänskliga ämbetet, att tjäna i kärlek, att finnas till för den andra⁵⁹⁹. Det här betyder att när människan får älska och vara till för en annan människa upplever hon att hon själv har ett värde (och att hon har värdighet), vilket ger mening, dvs. ny styrka och hopp kan generas genom erfarenheten om att livet har en mening då hon i sitt utövande av sitt mänskliga ämbete vidrörs i sin innersta längtan likt en helig närvaro som ger kraft.⁶⁰⁰ Värdigheten ligger i att människan fritt ska få bestämma över sig själv och forma sig och sitt liv. Värdigheten kan berövas människan ifall hon fråntas sitt ansvar och sin frihet. Att älska ger kraft att leva. Men människans förmåga att älska avtar om hon inte inser sitt förbund med kraftkällan. När hon har tillägnat sig kraftkällan förmår hon älska en konkret annan i livet, även om hon inte själv återfår något i gengäld⁶⁰¹, eller inte själv blir föremål för någons kärlek, eftersom hon älskar genom urkällan till kraft och lever av och för den första kärleken. Genom kraftkällan genomströmmas hon av en kärlek så stark att även om människor på jorden skulle hata henne så kan inget rubba hennes kärlek⁶⁰² utan hon förmår genom den eviga kraftkällan av kärlek trots allt älska sin fiende⁶⁰³.

⁵⁹⁸ Merton, (1980, 30): "En av det mystiska livets största paradoxer är denna: att *en människa inte kan gå in i sitt jags djupaste medelpunkt och genom denna medelpunkt gå vidare in i Gud, om hon inte är i stånd att helt och hållet gå ut ur sig själv och göra sig själv tom och ge sig själv åt andra människor i en osjälvisk kärleks renhet.*"

⁵⁹⁹ Lindström et al. (2014, 197).

⁶⁰⁰ Jfr Eriksson (1994).

⁶⁰¹ Jfr en mors ovillkorliga kärlek och uppoffringar för sitt barn. Denna kärlek existerar utan krav på återbördad kärlek.

⁶⁰² Jfr utsaga från intervjustudien; jfr Rosengren (2009) som skriver att *människan som äger hoppet om ny glädje gör att hon kan leva trots lidande*. Hoppet hänför sig till försoningen som bjuds henne. Eftersom kärlek ingjutits i människans hjärta har hon därigenom den abstrakta andra som ett krafttillskott. Enligt Pascal, skriver Rosengren (2009), orsakar nuet oro för människan som inte lever i en vördnad för den abstrakta andra. Rosengren (2009) hänvisar till Kreeft som menar att människan också lär känna sig själv, sitt liv och sin död genom att lära känna den abstrakta andra.

⁶⁰³ Jfr Kierkegaard (1847).

Rundqvist (2004, 158) skriver att ”där förmågan till kärlek saknas är människans anknytning till världen förvrängd till en önskan att dominera, att utöva makt över andra som om de vore ting”. Författaren skriver att människan får tillit till sin egen kraft när hon hittat sin kraftkälla, och sin arkimediska punkt⁶⁰⁴. Rundqvist⁶⁰⁵ skriver att ”kraften ger en känsla av frihet och då människan känner sin frihet behöver hon inte handla för egen vinnings skull, hon är redan och då ger kraften förmågan att offra för den andres skull. Genom att släppa taget om sitt eget bevarar människan sin värdighet och kan känna fördjupad livsmening och glädje.”

Att vara aktiv och aktivera sig sedan man återfått lite kraft på vardandets väg i hälsa och ta tag i sitt liv trots att man kanske upplever sig själv som den behövande och hjälplösa spelar en oerhörd stor roll för det fortsatta vardandet. Varje steg litet framåt föder ett förnyat hopp inom människan och desto mer kraft finner hon, överraskande nog. Människan har ett behov av att få finnas till för en annan människa. När hon finns till och tröstar en annan människa låter hon det sant mänskliga framträda, sitt egentliga väsen. Men en människa som är i ett djupt lidande kanske inte klarar av att stiga fram i sitt väsen, utan behöver få återfinna sin själ och sitt värde som människa innan hon vågar träda in i sitt väsen igen. Det bör inte heller glömmas att delar av människans väsen borde få förbli i det dolda, en del saker förblir oupplösta, liksom livet självt i grunden utgör en olöslig gåta. Tro och hopp hjälper människan att leta efter källan, och när människan älskar tänds ett heligt ljus inom henne. Det är kraftkällan, kärleken som strålar genom henne eftersom hon kommit hem, hem till källan av ljus och liv⁶⁰⁶. Detta ljus kan inte släckas ens av ondska eller hat. Men människan kan inte vänta sig att ljuset stannar hos henne om hon tar det för givet. Hon bör visa vördnad genom att själv värna och verka för att bevara och ge elden näring genom att själv vara aktiv. Människan kan inte håglöst invänta att kraften från källan ska infinna sig bara eller stanna kvar hos henne för att hon är lidande och behövande utan att hon själv anstränger sig för att göra någonting.

Tillträdet till kraftkällan är människan ontologiskt givet, men kraftkällans uppmaning är att människan aktivt ska eftersträva sitt mänskliga väsen, nämligen att älska nästan för att hon ska kunna tillgodogöra sig kraften från källan. Min

⁶⁰⁴ Rundqvist (2004) refererar här till Eriksson.

⁶⁰⁵ Rundqvist (2004, 160) refererar här till Helin.

⁶⁰⁶ Tron utgör ett heligt ljus i människan, menar Wikström (2007).

studie visar att det är kraftgivande att trots lidande vara ”aktiv”⁶⁰⁷ genom att följa sin inre röst av längtan efter mening. Människan kan få kraft genom att själv återskapa mening i de till synes meningslösa fragmenten av tomhet som kanhända är det enda som människan upplever finns kvar i ett lidande⁶⁰⁸. Att vara ”aktivt givande”⁶⁰⁹ utgör en viktig funktion för att det kan tolkas som människans intention att lämna rollen som en passivt lidande människa och i stället bli aktiv och givande. Resultatet i Büssings och Koenigs (2010) forskning gällande att människan ska vara aktiv och att ge av sig själv för att kunna klara av sitt lidande är en intressant aspekt som är värd att diskutera mot det resultat som framsteg i min studie. En aspekt som framkom i studien var att en förutsättning för att människan ska få kraft är att hon själv är aktiv och inte förblir en passivt lidande människa som enbart upplever sig själv utom tröst och hopp, dvs. utan möjligheter att själv göra något. Kraftkällans uppfordran är att människan älskar och själv ger kärlek vidare för att den ska öppna sig så att hon ska kunna tillägna sig kraft. Som en vidare tolkning av resultatet i studien i relation till ovanstående forskning av Büssing och Koenig visar resultatet i min studie på att den människa som är lidande och söker lindring i sitt lidande kan finna stor kraft i att själv få möjlighet att utgöra ett stöd för en annan människa som också är lidande och behöver stöd⁶¹⁰. Genom att vara ett stöd för en annan kan människan växa i sin mänsklighet som människa, dvs. hon har då tillåtit att kraftkällans väsen kommit in i henne och hon agerar utifrån källan, eftersom hon är en enhet i sig själv genom förbundet med den. Man kunde tänka sig att kraftkällan kräver människans genuina engagemang där hon liksom försätter sig själv på spel genom att låta kraftkällan ta rodret och agera ut sin kraft, dvs. verka genom henne. Genom att utgöra ett stöd för en annan människa och ge kärlek får människan själv kärlek tillbaka, eftersom

⁶⁰⁷ Jfr Amour (2003).

⁶⁰⁸ Büssing och Koenig (2010) skriver att det här kan det röra sig om vilket lidande som helst, men inte minst en traumatisk incident och det lidande som kan följa därpå.

⁶⁰⁹ Büssing och Koenig (2010) använder här den engelska termen *actively giving*. Författarna påpekar att högre kvalitet i livet kan sammankopplas med människans upplevelse av samband och förbindelse till andra, genom upplevelse av frid och mening, samt genom transcendens.

⁶¹⁰ Jfr även liknelsen vid sagan om ”Vem ska trösta knyttet” av Tove Jansson (1960). Knyttet var en liten pojke i behov av tröst eftersom han var ensam och rädd, men han fann sin största tröst och växte som människa då han fann en flicka vid namn Skruttet. Hon var ännu mer ensam och rädd och behövde ännu mera tröst och när Knyttet insåg detta tog han det på sitt yttersta ansvar att ge tröst åt henne. Han växte genom att ge åt en annan i sitt ämbete som knytt. Knyttet fick dessutom kärlek tillbaka samtidigt som han själv växte i kärlek vilket resulterade i att Knyttet och Skruttet så småningom gifte sig och levde lyckliga genom gemenskapen till varandra.

det är urkraften som verkar genom människan (hon blir kärleken personifierad) när hon älskar nästan. Den största kraften fås genom att låta kraftkällan komma in i människan och ”ta över” och agera ut kärleken⁶¹¹.

Att vardande i hälsa förutsätter aktiv rörelse av människan, dvs. det är väsentligt att människan för att återskapa och främja kraft vill och väljer väg, och därigenom tror och hoppas på kraftkällan och inte förblir passiv i sitt vardande mot hälsa. *Vardandet i hälsa* förutsätter därmed även *ett görande* och påvisar på ett nytt sätt dess betydelse för den vardande rörelsen. Denna form av ständigt återskapande av tro och hopp ny mening konkretiseras genom handling. En form av aktivitet kan vara att återfå vardagslivet och leva i nuet och inte att försöka frångå det genom att leva i det förflutna eller i framtiden. Detta utesluter inte att hon kan ha planer för framtiden. En annan form av handling är att människan väljer att komma i andlig beröring genom gemenskapen med en konkret eller abstrakt annan. Genom denna gemenskap finns möjlighet för människan att momentant inse sitt personliga värde, trots att hon i sitt djupa lidande ofta upplever sig själv som värdelös och hela sin situation som hopplös. Men genom gemenskapen där hennes värdighet vidrörs kan kraften och ljuset från kraftkällan spira fram, så att människan plötsligt inser sitt personliga värde som människa trots ett djupt lidande. Därmed försätts hennes inre med ett förnyat hopp och en förnyad tro som härstammar från kraften från den eviga källan, kärleken. En väg att återfå kontakt med livets källa, kärleken, kan vara genom andlighet, att stilla sig inför sin litenhet, att uppleva gemenskap till en abstrakt eller konkret annan, och således kan människans längtan efter kärlek bekräftas både i ensamhet och i stillhet där hon upplever en andlig gemenskap eller konkret gemenskap med andra människor.

Nurminen (2009) menar att den timliga människan kan vara förblindad och utesluten från att nå kraftkällan på grund av att hon är driven av ”materialistisk ontologi” och därför själv utestänger sig från evighetens dimension. Människan kan därmed sagt inte bli kvar orörlig i sin ångest, hon kan inte bara sitta och tycka synd om sig själv utan hon förväntas själv ta tag i något och konkret göra ett försök att ta sig ur sitt lidande.

⁶¹¹ Även Murray et al. (2004) skriver att det att människor som är *aktivt givande* har högre nöjaktighet med livet. De påvisade även att de andliga behoven var uttryckta i termer av att bevara en känsla av självet och självvärdet, att ha en roll i livet där man är till nytta och betyder något, att behålla en aktiv roll med familjen och vännerna.

Saeteren (2006) visar sambandet mellan död och hälsa. Författaren menar att människan som lider av en allvarlig sjukdom strävar som enheten kropp, själ och ande efter hälsa i ljuset av dödens nödvändighet⁶¹². *Människan som strävar efter hälsa i lidandet, uttrycker ett tyst rop om att bli bekräftad*. Människans strävan efter hälsa och helhet kan ses som en strävan att bli försonad med sig själv. I ljuset av dödens nödvändighet vaknar vissheten om tidens ändlighet⁶¹³. I mötet sker en andlig och religiös självövergivelse, ett offer ges⁶¹⁴. Min studie visar att människan har en inre längtan efter att nå sin enhet och bli mer mänsklig genom att försonas med sitt lidande. Gällande försoningen skriver Råholm (2003) att det handlar om att återfinna sin enhet som människa och återfå sin upplevelse av helighet och värdighet är målet med hennes lidandekamp. När människan vågar bryta upp och i ensamhet möta sin innersta längtan kan hon komma in i lidandets kamp. Trots att verkligheten i det djupaste lidandet kan vara svår att förstå, så kan nya möjligheter och tillförsikt uppstå, dvs. livet kan få en djupare dimension.

Människan kan komma sig själv närmare i offrandet. Genom upplevelse av sin helighet i den vardande dimensionen kan patientens lidande lindras, eftersom förnyelse och förvandling erfars. Råholm (2003) menar att de grundläggande pelarna i den vardande nivån utgörs av *kärlek och tro*. Genom att ha blivit vidrörd i sitt innersta kan patienten uppleva försoning och se en ny och annorlunda verklighet. *Substansen i vardandet mot hälsa utgörs av erinrandet av den inre kärnan, det inre rummet*⁶¹⁵. När människan har uppnått frid i det outhärdliga

⁶¹² Författaren skriver att före detta genomgår människan en livskamp fylld av stora inre motsättningar i strävan mot det normala och vardagliga, att lindra symptom, uppnå inre balans, uppleva livsmod och hopp i motsats till förtvivlan, ångest och ensamhet; Jfr Chao et al. (2002) som skriver även att lidandet och döden samt den ultimata meningen med livet utgör en väg till existentiellt uppvaknande.

⁶¹³ Författaren menar att när en lidande människa möter den ensamhet som erfars i mötet med egen död, sker ett etiskt uppvaknande och ett behov av att tänka igenom livet såsom det varit och så som man önskar att det ska vara.

⁶¹⁴ Författaren skriver att detta offrande kan skapa betingelser för att kunna försonas med sig själv, med andra och med den abstrakta andra, men kan även leda till resignation och en slutenhet inuti sig själv. Människan har ett etiskt ansvar och vilja till att forma och påverka sitt eget liv. Att vara allvarligt sjuk, sårbar och utlämnad till livet självt medför ett större beroende av andra för sin unikhet och andlighet, vilket ökar i takt med sjukdomens utveckling. Kampen i lidandet innebär i djupaste mening en livskamp som omvandlar människans förhållande till sig själv, förhållandet till andre och förhållandet till en makt som är annorlunda och mäktigare än människan själv.

⁶¹⁵ Saeteren (2006) skriver att människans livskamp sker i hennes innersta rum, i människan.

lidandet, genom sin inre hälsopotential, har hon ett fäste med det oändliga genom det ändliga. Detta tangerar axiomet "Hälsa innebär en rörelse i vardande, varande och görande mot enhet och helighet, vilket är förenligt med uthärdligt lidande."⁶¹⁶ Människans vardande i hälsa går därmed mot en helighet där det djupaste motivet utgörs av hennes längtan efter värdighet. Genom sin förening med lidande blir hälsa en enhet, och människan upplever "en helighet". Då människans inre hälsopotential vidrörs skapas en rörelse i *hälsa som görande, varande och vardande*. Den sistnämnda dimensionen, *hälsa som vardande*, handlar om att människans livsfrågor blir viktiga och hon strävar efter att försona sig med livets villkor och bli sig själv, nå sin enhet, vilket utgör hennes egentliga väsen. Gustafsson (2008) menar att försoning potentiellt finns ingjutet i livet självt finns människan, den kräver inte någonting i gengäld av henne. Tro, hopp och tacksamhet kan relateras till upplevelsen av gemenskap med en högre makt eller den abstrakta andra.

Chao et al. (2002) skriver utgående från Carson⁶¹⁷ att tro är universellt närvarande hos både en icke-religiös och en religiös person och är det som ger denne förmåga att forma och bevara meningen i livet⁶¹⁸. Författarna Chao et al. hänvisar även till Carson som menar att människans hopp som är riktat mot jordisk art inte kan förse människan med verklig tröst mot besvikelser. Hoppet som är av evig typ⁶¹⁹ förser människan med ett hälsosamt perspektiv och att personen bärs upp och upprätthålls med frid och lycka.

Min studie visar hur den abstrakta andra kommer in i människan och fyller henne med tro, hopp och tacksamhet genom kärlekens kraft, och genom att följa sin inre längtans röst kan nå källan.⁶²⁰ Rosengren (2009) refererar Kaila som menar att tron

⁶¹⁶ Lindström et al. (2006).

⁶¹⁷ Carson (1989) ur boken *Spiritual dimensions of nursing practice*.

⁶¹⁸ I kritiskt avgörande livshändelser såsom händelser av sjukdom, möten med döden, förluster så söker människan efter den ultimata meningen med livet. Eftersom en genuin tro härstammar från en inre styrka kan en sådan tro ge människan en gränslös vitalitet. När en döende människa har en tro så grundad i en sådan djup tro kan inget lidande förändra hennes tro. Även när hennes kropp "förs till graven" finns tron på att själen inte försvinner.

⁶¹⁹ Carson (1989) skriver att människans hopp kan vara orienterat mot mål, handlingar och relationer på jorden eller mot eviga mål, handlingar och relationer med ett den abstrakta andra.

⁶²⁰ Jfr forskningspersonen som upplevde närhet och gemenskap till sin avlidna maka genom att vara i sin längtan efter henne och uttalade sig om hur denna närhet till kraftkällan upplevdes "det är kärlek, det är tacksamhet ...[...]... när jag går till graven ...[...]... brukar jag säga du och jag Anni".

har såatts i människans hjärta för att där i stillhet få leva och växa. Det andliga hos människan kan få ett fotfäste i hennes hjärta då hon frångår sin själviska natur. Genom hjärtats förnuft kan människan få stöd för skapandet av livsmening. Människans väg kantas av mycket otrygghet, och endast genom den abstrakta andra och den oändliga verklighet som öppnar sig genom hon kan hon bli hel, skriver Rosengren, samt att när människan lyssnar till hjärtats förnuft kan hon få *resurser som kärlek och hopp i hälsan*.

Även Näsman (2010)⁶²¹ hävdar att det bästa och lyckligaste är ett liv i enlighet med förnuftet eftersom det är människans rätta jag som bär drag av den abstrakta andra. Bortom naturens kapacitet finns det yttersta goda, nämligen det goda livet⁶²². Vidare skriver Näsman (2010, 82) följande: ”Dygdens väsen är hos människan det absolut Godas manifestation, det Evigas uppenbarelse i människan som ändlig varelse.”⁶²³ Författaren hävdar att människan uppnår hälsa och lycka då hon lever genom ethos i tanke och handling och i enlighet med dygderna tro, hopp och kärlek. Människan följer då inte etiska regler, utan handlar etiskt tack vare sin natur, och medlidandet är äkta⁶²⁴. Lycka är något fullkomligt, det yttersta målet för våra handlingar och är en form av handling⁶²⁵. Resultatet i min studie förenar sig helt med ovanstående, dvs. att en människa som har tillägnat sig kraftkällan utstrålar det absolut Godas manifestation, och är det eviga personifierad i en ändlig varelse. Studien visar att när människan förmår se livet genom dygderna tro, hopp och kärlek blir vardagen en gruva att ösa guld ur. En helt vanlig dag med vanliga rutiner bär på stor glädje. Då de dagliga skeendena kan betraktas genom trons, hoppets och kärlekens sken finns det alltid oanade nyanser att upptäcka, eftersom

⁶²¹ Näsman (2010) skriver utgående från Aristoteles teorier.

⁶²² Näsman (2010) hänvisar till teologen Thomas av Aquino.

⁶²³ Näsman (2010) menar att en dygdig människa har en hållning av ett rättskaffens och hövligt bemötande av sina medmänniskor. I denna hållning ingår bl.a. öppenhet och måttfullhet vars syfte är att inte provocera fram avund. Näsman skriver att människans ansvarstagande stöds av dygderna, hon vågar lita på sig själv i förhållande till de varianter av det goda och det onda som hon möter på vägen mot att leva ett gott liv och bli god; jfr Näsman (2010, 43): ”Dygderna ger en inre etik och en yttre moral, eftersom dygden i sig förutsätter handling. Den dygdiga människan har insikter i vad som är gott och en disposition att handla därefter. Dygderna förverkligar ansvaret för den andra människan.”

⁶²⁴ Näsman (2010) hänvisar till Sylvester och Gardiner.

⁶²⁵ Näsman (2010) utgår från Aristoteles.

varje stund blir ny och bär på potentiella möjligheter⁶²⁶. En människa som tillägnat sig kraftkällan utgör en enhet i sig själv och utstrålar styrka och fasthet av värme och värdighet. En sådan människa som utstrålar en helighet skyr inte sin ensamhet men trivs samtidigt väldigt bra i gemenskap med andra. Människan behöver inte utarma kraftkällan då hon har sett ljuset och känner kraftkällan, hon tror och hoppas på den och får kraft att älska nästan genom att hon själv utstrålar samma ljus och värme, vilket lockar och fascinerar andra människor.

Wiklund (2000) menar att hur människan förhåller sig till framtiden påverkas av hur hon förhåller sig till livet. Om människan upplever tro ger det förväntningar om det goda, medan fruktan ger en förväntan om det onda. Därmed kan detta jämföras med resultatet i min studie som visar att en människa som tillägnat sig kraftkällan lever utifrån en grundläggande visshet och tilltro till *livet*, som innebär att hon styrs av en värdegrund baserad på dygdena tro, hopp och kärlek samt av en ödmjukhet inför sig själv och sin existens. Människan lever livet sådant det är utifrån tro, varför det goda, ljusa och hoppfulla färger och ledsagar människans förhållningssätt till nuet, det förgångna och framtiden. Kraftkällan ger människan därmed tro, hopp och kärlek, och hon blir genom sina handlingar kärleken personifierad.⁶²⁷

Studien har belyst att vägen till kraftkällan går genom mörker till ljus⁶²⁸. Resultatet visar att mörkret i lidandet döljer en hemlighet som människan kan ana via

⁶²⁶ Jfr förmågan att förundras med det som sägs i Bibeln om kunna vara som ett barn för att ta emot kraftkällan, (Markusevangeliet 10:15): "Sannerligen, den som inte tar emot Guds rike som ett barn kommer aldrig dit in."; jfr Erikssons & Lindströms (2003) uttalande där de hänvisar till Plitz och tanken om människans helighet och då hon omnämner vikten av att bemöta människan som en hemlig skrift. Detta förmodas antyda att det t.ex. alltid finns någonting nytt att upptäcka hos den andra människan, en helighet som inte kan rubbas men som kan hyllas, varför hon är okränkbar och varje möte har någonting nytt att tillföra som inväntar och manar den andra till plikt och ansvarstagande.

⁶²⁷ Detta kan även jämföras med Arman et al. (2011) som skriver att om människan inte är i kontakt med de tre nivåerna av livet, bestående av handlingar, värden och universell existens, verkar hon ha svårt att uppehålla hälsa i sina möten med livet och därtill hörande lidanden.

⁶²⁸ Denna hastiga ljusglimt som bländar människan i mörkret har ett annorlunda och motsägelsefullt skimmer, skriver Wikström (2007), som ter sig fundamentalt olik från det hon tidigare upplevt, samtidigt som det paradoxalt nog verkar bekant. Enligt min studie lyser detta upp någonting nytt, genomstrålar och ger detta människan en säregen glans, som gör att ett litet ljus tänds inom henne. Det här ljuset utgör ett litet hopp, som till synes kan verka obetydligt men som

ensamhet och tystnad. Studien visar att lidandets mörker för människan närmare livets kärna (så att hon blir varse om livets två ytterligheter, nämligen liv och död) varpå hennes inre längtan kan uppväckas. När den inre längtan vidrörs skapas en rörelse hos människan som gör att hon vill ta ett första steg i enlighet med sin inre längtans röst. När hon erfar detta första möte med kraftkällan, ett ljussken från den som glimtar till och som gör att hon kan ana den godhet och värme som finns vid källådrans upprinnelse och som gör att det inom henne föds ett litet hopp som för framåt. Förutsättning för ljusupplevelsen från kraftkällan är en vandring i livets mörka dal (i det egna livsmörkret). Lidandets mörker skapar rörelse hos människan. Mörkret i lidandet för människan närmare livets kärna som väcker hennes inre längtan. *Det här tangerar axiomet om att lidande är en oskiljaktig del av livet. Lidande och hälsa utgör varandras förutsättning*⁶²⁹. För att människan ska kunna uppleva verklig glädje i livet, dvs. vara hälsa, förutsätts att hon även känner lidande. Människan vill ontologiskt hälsa, detta är hennes naturliga väsen. Att varda i hälsa fordrar och förutsätter inre mognad där människan även vidkänner sitt naturliga väsen, och därmed kan se att lidande utgör en del av livet⁶³⁰. I närheten av livets kärna vaknar kärleken till nästan (som innebär en inre mognad). En inre mognad avser att människan upplever vilja att blir mer sig själv, dvs. sitt mänskliga ämbete där hon inser sin egen helighet och sitt eget värde⁶³¹. Det fordrar även att hon aktivt agerar för att leva i enlighet med sitt ämbete som människa, dvs. leva i och ur kärlek, vilket inbegriper att genom gärningar älska nästan.

Det mystiska hos kraftkällan har anknytning till det mörka i lidandet, genom vilket människan erhåller kontakt med källan. Men mörkret förutsätts samtidigt vara tillräckligt mörkt för att människan ska kunna uppfatta kraftkällan och ljuset som strålar genom dess öppning. Lidandets mörker innebär en port till kraftkällan som människan kan ana genom att låta sig omslutas av mörkret. Det mörka i lidandet

innehar avgörande betydelse för ett fortsatt vardande i hälsans riktning, eftersom det väcker hennes inre längtan efter liv och kärlek som för henne mot att vilja och våga tro och hoppas.

⁶²⁹ Lindström et al. (2014, 197).

⁶³⁰ Jag utgår i min tolkning från att en del av total lycka innehåller även element av lidande och totalt lidande har i grunden även spår av lycka i sig. Om människan inte bejakar hela livets mångfald (spektrum) av färger, både mörka och ljusa, är hon inte äkta inför sig själv och antas ej heller kunna uppleva kraftkällans väsen.

⁶³¹ Jfr Merton (1963, 32): "Helighet är alltså inte en fråga om att vara *mindre* mänsklig, utan mer mänsklig än andra, med större förmåga till omtanke, lidande, förståelse, medkänsla, och även till humor, glädje, uppskattning av det goda och vackra i livet."

utgör en entré eller portöppning till den dolda och mystiska kraftkällan genom vilken tillägnelse av kraft är möjlig. Genom att genomleva lidandets mörker öppnas dörrar för nyorientering och tillväxt.⁶³² I djupaste mening står människans kraftkälla att finna inom henne, och att hennes existens berättigar tillträde men tillägnet av kraft ur källan fordrar närvaro och vaksamhet samt har vissa premisser. *Tillägnelse av kraftkällan förutsätter därmed en vandring i mörkret där människan helt låter sig omslutas av mörkret.* Människans förmåga att varda i hälsa möjliggörs då hon vidkänner lidande, tar emot förtvivlan och låter mörkret omsluta henne, eftersom hon först då förmår lida. Då kan kampen för livet inledas och hon kan kämpa för sin hälsa. Rehnfeldt (1999) tolkar utifrån Eriksson att innan förtvivlan kan tas emot av människan befinner sig patienten i ett livsförståelsemörker där hon inte förmår lida. I min studie framkommer att människan upplever ett obehag inför mörkret i lidandet. Människan kan därför försöka undvika det. Ibland sker detta under långa tider, varpå människan inte kan komma i anknytning till kraftkällan, eftersom det är just mörkret som utgör entrén eller portöppningen till källan. Vid kraftkällans port erbjuds människan en *universell gemenskap* och kärlek genom att hon själv tillägnar sig kraften.

Roxberg et al. (2013) skriver att en permanent distansering från lidandet kan förvärpa det⁶³³. Både lidande och tröst är av naturen svårfångade begrepp och det mystiska är oförutsägbart och saknar definitiva svar. Författarna skriver att en ”frånvarande och icke-närvarande” tröstare verkar vara upptagen med sig själv och hans eller hennes egna förutfattade meningar.⁶³⁴ Min studie visar att *när förtvivlan i lidandet är total kan människan komma till insikt om sin egen litenhet*⁶³⁵, och

⁶³² Jfr Söderlund (2004) som menar att det är kraftgivande att få vara i lidandet, ”i orkanens öga” som hon uttrycker sig, eftersom människan då har möjlighet att finna en stilla plats där hon får vila och kan hämta ny kraft och försoning trots förödelse. Författaren menar att genom att värdighet och välbefinnande bekräftas kan lidande lindras.

⁶³³ Författarna hänvisar till Roxberg et al. (2009); jfr Roxberg et al. (2010a).

⁶³⁴ Roxberg et al. (2013) har studerat Jobs bok i Bibeln utifrån lidandets perspektiv och visar att boken pekar på ett paradigm av lidande som är djupt rotad i mänsklig erfarenhet och författarna ställer frågan huruvida Jobs bok även pekar mot ett paradigm av tröst som finns djupt förankrat inom människan.

⁶³⁵ Min studie utgår från att när människan inser att den abstrakta andra är stor och att hon inte själv behöver vara det kan hon fokusera kraftkällans väsen (och låta sig bäras av den abstrakta andra) och tillåta sig vara liten och sårbar vilket är befriande och ger kraft. Min studie visar även att människan ibland även har behov av att inte träda fram i sitt väsen som människa, utan behöver få vara liten och invänta sin själ för att få ny kraft och då behöver hon momentant få vara i sitt lidande och vila i visshet om att den abstrakta andras nåd finns kvar vad som än händer, även

hennes inre längtan gör att hon vill nå källan (genom att inta evighetens perspektiv och sätta den abstrakta andra på första plats och sig själv på andra plats), vilket utgör en grundförutsättning för att hon äkta ska kunna vara i livets mörker och tillägna sig kraftkällan. Människan som kan stilla sig och vara i sin ensamhet i mörkret bländas av ett heligt ljus av godhet, och hon upplever en stark inre skönhet och sanning⁶³⁶ i det starka ljuset (jfr claritas) eftersom det handlar om kärleken som härstammar från evigheten. Ljuset uppenbarar sig inte för människan genom hennes egna ansträngningar och försök att vara och tänka på ett visst sätt utan det kommer till henne som en stor glädje som karaktäriseras av ett inre lugn. Detta har att göra med att en människa först i mörkret inser och ges möjlighet att försonas med sin absoluta *ontologiska ensamhet* och svaghet vilket gör att hon i stället vill fokusera på den abstrakta andras eviga sanning och storhet som utgör en outtömlig källa till glädje och trygghet. För detta behöver hon ha inseende i att hon inombords har en del av sig som är helig men att hon trots allt är *människa*, vilket betyder att hon inte behöver vara fullkomlig, för endast den abstrakta andra antas vara det. Det finns en trygghet i vetskapen om att man inte behöver vara stark, utan så att säga "har tillstånd" att vara liten och ofullkomlig som människa, eftersom den abstrakta andra är fullkomlig. Men människan får inte bli kvar i en litenhet där hon själv förvandlas till en martyr, utan det krävs att hon söker sig vidare från denna typ av litenhet. Om människan blir kvar för länge i denna litenhet där hon endast fokuserar sig själv genom att tycka synd om sig själv och endast ser sig själv som en lidande och ingenting annat eller mer, blir hon en fånge i sitt lidande. Förutsättningen för förnyelse och ny kraft är att människan kommer i rörelse och aktiverar sig.

I kraftkällans närhet upplever människan glädje men samtidigt vemod. Vid storartade upplevelser kan människan erfara en egendomlig ångslan som hon varken kan förstå eller förklara. Denna ångest eller oro är kraftkällans anrop efter

om hon gjort orätt. Men människan får inte bli kvar i en litenhet i en stagnation där hon själv blir en martyr utan vardandet förutsätter att hon söker sig vidare, hon får inte håglöst bli fånge i en litenhet där hennes fokus förblir sig själv och sitt lidande. Det här kunde ta sig uttryck t.ex. i en självömkan där hon enbart tycker synd om sig själv och ser sig själv som den lidande och behövande, som hopplös människa utan möjligheter att vara en givande part. Hemligheten bakom kraftens tillägnande ligger just i att människan kommer vidare och får kraft genom att inse sin litenhet. För att komma i rörelse förutsätts människan vara aktiv själv för att få kraft.

⁶³⁶ Detta omfattar att människan är ärlig inför sig själv så att hon kan finna sina inneboende kraftkällor.

människan. Vemodet beror på och väcks inför att allt det vackra som hon ser omkring sig inte går att binda, eller handlar om att hon inför döden blir påmind om livets ändlighet. För att kunna tillägna sig kraftkällan och uppleva glädje och liv, förutsätts att människan även vidkänner vemodet. I allt det vackra finns det därför alltid ingjutet ett vemod som härrör från kraftkällan. Detta vemod handlar om vetskapen om att livet inte kan kvarhållas, då det är ändligt. Samtidigt förmår människan genom kärleken älska den abstrakta andra mer än sig själv och sitt ändliga liv varpå ändå glädjen har starkare lyskraft än vemodet. Människan kan när hon vidkänner vemodet glädjas över kraftkällans evighet även om hennes eget liv är ändligt. Det blir en äkta och djup glädje, eftersom glädjen fördjupas när dess grund vilar i vetskapen om det förgängliga. Sann glädje och lycka har därmed sagt en koppling till evigheten via kraftkällan.

Människans skuld och skam har betydelse för att hon ska upptäcka kraftkällan. Människan har möjlighet att upptäcka kraftkällan när hon vidkänner sin skuld och skam⁶³⁷. Tillägnelse av kraftkällan förutsätter att människan genom medvetenheten om skuld och skam vågar se in i ljuset i kraftkällan. Skulden inom människan utgör en blockad men samtidigt en drivkraft för att nå kraftkällan. Skulden har att göra med att människan har lämnat och frångått sitt egentliga hemvist i det eviga hemmet, kraftkällan och evigheten som hon en gång utgått från och lämnat. Det handlar alltså om att hon en gång beviljats livet och därigenom fått en bit av evigheten i sitt inre och förlänts heligheten i sitt hjärta och därmed står i skuld till livet. Människan känner sig hemlös så länge som hon inte kan vidkänna sin skuld till kraftkällan. Skulden upplevs så länge som hon inte bejakar sin innersta längtan som har en böjelse tillbaka till det egentliga hemmet. När människan vidkänner sin skuld förmår hon följa sin inre längtans röst och har då möjlighet att upptäcka källan och dess lockelser. Människan bär ofta därtill på en skam över det faktum att hon är lidande och bär på skuld. Människan, som har sin egentliga hemvist i evigheten, förblir olycklig och kvar i sitt lidande så länge som hon inte vidkänner sin inre längtan tillbaka till det egentliga och eviga hemmet⁶³⁸. *Skulden till livet kan människan inte göra sig av med*, och det ska hon inte heller. Denna skuld kan paradoxalt samtidigt som den är en blockad för kraftkällan både utgöra en drivkraft och en hjälp för att vilja nå kraftkällan. Människan blir mer ödmjuk och

⁶³⁷ Jfr Wiklund (2000) som tar upp att människans skam i relation till möjligheter för människan att varda i hälsa då hon befinner sig i ett lidande.

⁶³⁸ Det egentliga hemmet ska fullbordas i evigheten, skriver Wikström (2007).

etiskt medveten om sin plikt och sitt ansvar som medmänniska då skulden väcker en barmhärtig hållning i livet (både mot andra men även mot sig själv). Genom att hon vidkänner sin skuld avtonar samtidigt hennes skam, och hennes inre längtan efter kraftkällan kommer i rörelse.

Människan bär på ett vemod som hon förväntas handskas med före hon kan tillägna sig kraftkällan. I människans saknad efter kraftkällan finns ett vemod som har att göra med att hon i sin saknad efter källan inser det faktum att allt det vackra hon ser inte går att hålla kvar samtidigt som det finns en dragning mot det eviga hos henne sammantaget med vetskapen om att det timliga inte kan bindas. Vemodet bromsar människans färd mot kraftkällan eftersom dess tillägnelse förutsätter att hon lämnar allt bakom sig. Människan förväntas först sörja det timliga och därmed göra sig fri från det, men inte från själva vemodet, innan hon kan tillägna sig kraftkällan. Vemodet har även att göra med hennes existentiella tillvaro. Detta vemod innebär att hon sörjer sig själv och det faktum att hennes eget liv är ändligt, att döden är ofrånkomlig och att hon en dag kommer att lämna alla nära och kära samt även själv träda ur sin egen kropp och lämna jordelivet. Människan kan uppleva glädje och kraft även om hon inom sig bär på vemod. När människan lär sig leva med vemodet över det timliga som är förgängligt genom att inse att detta hör livet till, kan hon lära sig handskas med sitt vemod och finna en väg till försoning. Det här innebär att människan lär sig leva med livets olika omständigheter.

Min studie visar att *tillägnelse av kraftkällan förutsätter en helig närvaro i nuet* genom stillhet som frigör människan och hennes skaparlust. Tillägnelse av kraftkällan går via en skapande akt där människan stillar sig i äkta närvaro inför det heligas tilltal som hon förnimmer genom olika upplevelser av skönhet. I den skapande akten stillar sig människan i *ett görande* för att hon genom det ska ha möjlighet att nå inåt, i riktning mot kraftkällan, som kan ge henne bestående frid. Den skapande akten gör människan obunden så att hon kan tillägna sig kraft. Genom en helig närvaro låter hon sig hänföras av det sköna och det heliga. Nurminen (2009) skriver utgående från Augustinus att evighetens helighet kan förnimmas av människan genom glimtar. Genom stillhet kan människan i ögonblicket uppfatta det tidlösa, dvs. evighetens härlighet. Människan har en ontologisk dualism, vilken grundar sig på timlighetens och evighetens sfär. Genom

att människan förnimmer evigheten ställs hon inför livets stora frågor och kan rannsaka sig själv. I min studie tolkas således den heliga närvaron handla om att människans bundenhet lossas varpå hon känner sig fri att använda sin kreativitet. Denna skapande akt gör att hon trots ett eget mörker och lidande förmår stilla sig i en äkta närvaro inför det heligas tilltal. Detta tilltal kan hon förnimma genom olika upplevelser av skönhet (där hon genom kärleken förenar det timliga och eviga och därigenom kan inta evighetens perspektiv för att få kraft). När människan skapar upplever hon frihet och glädje vilket ger henne ny kraft⁶³⁹. Det sköna, som utgör en form för det heliga⁶⁴⁰, som människan upplever i den skapande akten, gör att hennes fokus inte längre enbart är det egna jaget, vilket är befriande, eftersom hon går utanför sig själv och i stället blir medskapare till den abstrakta andras härlighet. *I den kreativa stunden när människan skapar och är medskapare ser hon längre än den givna horisonten eftersom hon intar evighetens perspektiv.*

Chao et al. (2002) visar att andlighet⁶⁴¹ har att göra med kreativitet och skapande fantasi i tanken. Det här kan jämföras med resultatet i min studie som påvisar att man kan nå kraftkällan inom sig genom en skapande akt⁶⁴² där man stillar sig och vänder sig mot det andliga och heliga för att ta emot kärleken från den abstrakta andra och därigenom bli en enhet i sig själv⁶⁴³. Detta tangerar axiomet om att människan i grunden anses helig⁶⁴⁴. Det finns en potentiell helighet inom varje människa och därför ses alla som unika (i och med skapelsen), likvärdiga och okränkbara. Ny styrka och nytt hopp om att livet har en mening kan skänkas människan när hennes innersta längtan rörs vid genom erfarenheter av helig

⁶³⁹ Jfr Selander (2014).

⁶⁴⁰ När människan berörs av det sköna påminns hon om sitt verkliga ursprung och sin samhörighet med det heliga, med den abstrakta andra, varpå hon vill söka sig mot denne, mot kraftkällan. Ju närmare kraftkällan, desto mer sig själv blir människan (hon blir sann). Den heliga närvaron skänker visshet, vishet och kraft.

⁶⁴¹ Författarna Chao et al. (2002) diskuterar kärnan i andligheten hos patienter i terminalskede.

⁶⁴² Här avses en skapande akt där man genom sin kreativitet och fantasi har förmåga att gå ut över självet.

⁶⁴³ I den skapande akten stillar sig människan inför en andlig närvaro där hon träder in i sitt inre rum och upplever sig hemma, och hemmastaddheten utgör en frid som hon kan vila i och återuppbygga ny kraft.

⁶⁴⁴ Rosengren (2009, 145) skriver utgående från Saaristo och Hedegård såhär: "Ordet helig används i Bibeln om både Den abstrakta andra och människor. Det hebreiska ordet gadosh, som översatts med helig, betyder upphöjdhed, höghet och majestät. Det grekiska hagios betyder något som framkallar häpnad och vördnad. Att vara helig är att vara Den abstrakta andras egendom."

natur.⁶⁴⁵ Människans inneboende och djupa vetskap om sin unikheter kan betraktas som helighet, liksom insikten om sitt ansvar för sina medmänniskor. Chao et al. nämner även att andlighet handlar om att komma i en inbördes gemenskap med sig själv och att denna självidentitet i andlig mening innebär att människan upptäcker det autentiska och verkliga jaget. Andligheten handlar om en inbördes gemenskap med andra genom kärlek och genom att förlåta och bli förlåten. Andlighet innebär även en inbördes gemenskap med naturen. Människan kan bli uppfylld med andlighet via upplevelser i naturen⁶⁴⁶ där den underbara skönheten i naturen är besjälad med återklang från den andliga sfären. Min studie visar att när människan är nära naturen (t.ex. arbetar med trädgårdsarbete och konkret gräver i jorden) eller annan typ av skapande akt kan ändra människans perspektiv från det egna till det universella och eviga, vilket ger möjlighet till lindrat lidande. Chao et al. (2002) skriver även att andlighet handlar om att komma i inbördes gemenskap på en högre existentiell nivå (med den abstrakta andra). Det handlar om att transcendera och gå bortom jaget för att nå en större helhet. Den ovannämnda studiens resultat är helt i harmoni med det resultatet i min studie. Det sköna och det eviga i alla ting kan uppfylla människan med helighet (från den abstrakta andra) så att hon kan nå visshet och bli till i gemenskap på en högre existentiell nivå.

Studien visar att människan genom den heliga närvaron återknyter till ett inre rum av vila. Människans ethos och hälsa är förbundna med varandra, och människans vardande i hälsa utgår från hennes inre rum. Wärnå (2002) beskriver hälsa som en tillblivelseprocess och att människan drivs inifrån hälsans inre rum. Det inre rummet av hälsan innehåller livskraft och livslust. Människan kan dansa till den människa hon är ämnad att vara då hon får handla i frihet och ur inre harmoni. Vardandet handlar om att finna vägen till hälsans inre rum, menar Wärnå.

Även Hilli (2007) nämner att källan till livskraft och motiv finns i det innersta rummet. 'Ethos' har kopplingar till 'hem'. Tankar om hemmet framförs av Hilli (2004) som menar att 'hemmet' utgör den plats där människan kan söka skydd från omvärlden och få vila och ro. I hemmet kan människan vara sitt sanna jag och visa sin innersta längtan. Människan inhämtar näring från "hemmet" eftersom det

⁶⁴⁵ Eriksson (1994).

⁶⁴⁶ Enligt traditionell kinesisk kultur kan människan nå sin egentliga enhet genom att komma i harmoni med naturens krafter (De Bary & Watson, 1960).

utgör en kraftkälla. "Hemmet" handlar även om människans inre, vem hon i själ och hjärta är, hennes ethos och om var hon "hör hemma". Detta inre hem inom människan omsluter henne med trygghet och ger själen ro samt utgör "motiv" och "drivkraft" för hennes hållning och handlingar. Att människans värdighet vidrörs och får näring genom att hennes ethos är verksamt är avgörande för människans möjligheter att själv bekräfta sin värdighet och fullborda det sitt inre ethos som ger mod och kraft i *vardandet mot hälsa*⁶⁴⁷.

Min studie har visat att *kraftkällan kräver ett offer. Människans litenhet och svaghet utgör förutsättning för tillägnelse av kraft*. Svagheten utgör en väg till styrka. En förutsättning för att människan ska börja söka sitt inre rum och kunna tillägna sig dess kraft är att hon inser sin litenhet och offerar sig inför någonting större. När människan vågar offra sig själv och förmår vara liten kan hon uppfatta livets storhet och tidens oändlighet (och på så vis få möjlighet att förundras). Människan som vågar vara liten och sårbar inser samtidigt sitt begär efter stöd. Genom det inre rummets förnyelsekraft kan människan bli ödmjuk. Denna ödmjukhet föregås av en ensamhet som människan upplever innan hon mottar den förening och gemenskap som evigheten (det andliga) har att erbjuda. I mötet med kraftkällan inser hon dess förbindelse med evigheten, vilket gör att hon inser livets storhet och upplever sig delaktig av ett större sammanhang som skänker mening och ett eget värde som människa. Det finns dock en risk med litenheten, människan får inte bli kvar i den. Om hon inte tar sig ur den riskerar hon att bli egocentrerad och fångas i sig själv, som gör att hon bara ser sina begränsningar och hinder. Det kan t.ex. handla om att människan då upplever sig liten och hjälpbehövande och hon endast ser till sina egna behov av tröst och stöd i sitt lidande. Att trösta genom att inge trygghet är t.ex. mycket kraftgivande också för den som själv lider.⁶⁴⁸

Min studie visar att tillägnelse av kraftkällan fordrar frihet, vilja och mod. Även Rosengren (2009) menar att förändringen i hälsa förutsätter att människan själv

⁶⁴⁷ Jfr Söderlund (2004); jfr Arman (2003).

⁶⁴⁸ Människan kan eventuellt tänka "men jag mår ju så dåligt jag måste få hjälp av någon annan för det är så synd om mig och jag kan inte göra något åt min situation", och så går hon så att säga tillbaka i utvecklingen och förblir hjälplös som ett barn. Då stagnerar hon i lidandet och kan inte gå vidare framåt.

vill något nytt med sitt liv⁶⁴⁹. Lindholm skriver (2000) att vardandet kan gestaltas som en rörelse mot det som människan längtar efter, och i den innersta längtan finns något av det lidande som hör vardandet till, någonting livgivande positivt. Livskraften är anknuten till medvetenhet, frihet, tro och mod, vilka även utgör hälsans förutsättningar. Livet får en djupare mening och sin form genom medvetenheten om döden, som ger rörelse åt det heliga och mänskliga som vidrör den unga varpå en vördnad för livet kan upplevas. När döden visar denna realitet framträder meningen med tillvaron, inte bara meningen med jordelivet (Lindholm, 2000). Även Arman (2003) hävdar att den lidande människans upplevelse av verkligheten utgör källan till lindrat lidande. Ontologiska frågor som "Vad är liv, mening, existens och sanning?" visar på verklighetens substans. Ett gott möte där människans lidande tas emot av en annan kan verka som ett vittnesbörd om att det goda i människan och i livet inte har utplånats, vilket kan skänka hopp och mening som kan lindra lidandet⁶⁵⁰.

Studien visar att bevarandet av en *ödmjuk grundhållning (bestående av vördnad för och förundran till livet) genom dygderna tro, hopp och kärlek utgör grundförutsättning för kontinuerlig tillägnelse av styrka ur kraftkällan*. Tro på kraftkällan ger människan inre vishet och visshet.

Hälsans substans utgörs av tro, hopp och kärlek. Genom kärlekens konst kan människan vara hälsa. Människans hållning har betydelse då det gäller upplevelsen av helhet i hälsa.⁶⁵¹ En människa som lider är främmande för sig själv och sina egna inre begär samt de möjligheter hon har⁶⁵². Eriksson (1989)⁶⁵³ betonar att människan ska ta utgångspunkt i sig själv men att hon inte får bli kvar där. En självbesinning som gör att människan inte har förmåga att förändras leder till högmod och hopplöshet. Eriksson hänvisar till Frankl, som menar att då människan känner att hon inför ett obönhörligt öde förmår växa utöver sig själv kan hon uppleva mening med livet. Eriksson tar upp Mays uttalande om att i och med människans ontologiska natur och den mänskliga frihetens grund är hon

⁶⁴⁹ Författaren skriver utgående från Pascal.

⁶⁵⁰ Arman (2003, 61) skriver: "De goda mötena har potentialen att öppna vägen för den lidande patienten så att hon kan söka sig tillbaka till sina egna djupare källor, sin egen inre sanning och sina förmågor att förstå och acceptera sitt liv och livsöde."

⁶⁵¹ Eriksson (1989).

⁶⁵² Eriksson m.fl. (1995).

⁶⁵³ Författaren refererar Buber.

given förmågan att överskrida den omedelbara situationen. Människan finner nya vägar mot hälsa, menar Eriksson (1989), då hon förmår gå ut över sig själv och sträcka sig mot en medmänniska, naturen eller den abstrakta andra. Detta förutsätter att hon har medvetenhet om sina innersta begär, eftersom begäret utgör rörelsen och anger riktningen mot det hon längtar efter. Medvetenheten om begären gör att hon känner riktningen hon bör ta. Eriksson (1989) påpekar att bara människan själv kan välja sin väg.

Människan behöver en relation till den konkreta eller abstrakta andra för att stimuleras till självöverskridande⁶⁵⁴. En människa som bara lever för sig själv utan att bli varse om livets djupa mening i gemenskap med en konkret eller abstrakt andra eller naturen lever i en självgod värld. I denna värld lever hon genom en slags falskhet uppbyggd av en fasad, och högmod präglar vardagen intill hennes fall. Människan behöver leken för att frigöra sin skapande kraft och kunna överskrida sig själv. Den människa som inte har förmåga att leka kan inte heller utvecklas mot en högre nivå⁶⁵⁵. Jag utgår även från att det lekfulla låter fantasin komma i rörelse så att kreativiteten får flöda. Leken synliggör allvaret och heligheten som vilar i livets innersta.⁶⁵⁶

Tron, hoppet och kärleken förutsätter en ödmjuk hållning, där människan offrar sig själv och sätter allt på spel genom att inse sin ontologiska litenhet och svaghet inför allt. Människan kan således inte uppfatta ljuset från stjärnorna på himlen om hon inte förmår vara i nattens mörker. Det finns en storhet av evig art som allt bär på och som stillsamt väntar på att människan ska inse sin litenhet för att kunna gripas av förundran inför jordens, naturens, universums och hela livets skönhet och mysterium. Litenheten och svagheten innebär inte att människan glömmer, bortser eller ringaktar sig själv. I stället innebär det att hon i förundrans stund åtminstone för ett ögonblick kan vila tryggt i vissheten om att hon i all sin litenhet, alltså själv utgör en del av hela den storhet himlen rymmer. Denna storhet innebär att människan har en tro och ett hopp på ett hem, sitt eget egentliga hem, där kärleken har sitt ursprung och springflöde. Den här gemenskapen och förbundet med storheten gör att hon upplever sitt värde som en helig och värdefull

⁶⁵⁴ Eriksson (1987).

⁶⁵⁵ Eriksson (1987); jfr Söderlund (2004) som omtalar leken som kan ge sammanhang i tillvaron och som förmår igångsätta hälsans rörelse.

⁶⁵⁶ Jfr Eriksson (1996) omtalar att människan genom att ansa, leka och lära kan förnya sig själv.

människa vilket ger kraft. Denna visshet om en högre existentiell dimension handlar om ett hem för människan, dit hon i grunden alltid längtar, där hon är saknad och en plats där hon blir mottagen med gränslös kärlek och alltid är välkommen att återvända till. Detta är kärlekens kraftkälla, som är grunden till livet och människan. Livet självt och dess mysterium, som hon bär inom sig, utgör ett evigt hem som alltid består. Det är tron, hoppet men framförallt kärleken till denna eviga kraftkälla av kärlek och visshet som bär människan (och ger kraft).

Kristi kärlek är alltid starkare än
världens ondska, så vi behöver
älska och älskas – så enkelt är det.

Moder Teresa

11.1 Ny förståelsehorisont i relation till tidigare forskning

I detta kapitel görs en sammanfattande redogörelse av den nya förståelsehorisontens centrala kunskapssubstans i relation till tidigare nationell och internationell forskning. Kapitlets ambition är att synliggöra vad den nya och annorlunda förståelsen i min studie bidragit med mot bakgrund av tidigare forskning.

I likhet med tidigare forskning visar min studie att hoppet har betydelse för människans möjligheter att vardas i hälsa. I den tidigare forskningen tas av en del forskare upp att hoppets väsen innefattar en kreativ process som har potential att öppna för nya möjligheter hos människan och ger henne kraft och motiv för framtiden. Hopp innebär en beständig inre kraft som berikar existensen. Hoppet är universellt för människan och utgör en förutsättning för upprätthållande av den vitala livskraften. Den tidigare forskningen visar även att tro och hopp är oskiljaktiga samt att de kan skänka människan kraft att vardas i hälsa kraft. En skillnad som min studie visar i jämförelse med ovanstående tidigare forskning är att kärleken är den kraftgivande enheten, dvs. urkraften till hälsa, och att tro och hopp därmed har en lägre dignitet än kärleken. Vidare visar tidigare forskning att tro och andlighet kan skänka människan kraft genom att människans livsmening bevaras och hon ser positivt på livet och vågar tro att vägen är framkomlig. När

människan upplever tro erhåller hon även tröst, lugn och frid. Tro på egna resurser av styrka, tro på en abstrakt annan som är tillgänglig, mottaglig och välvillig kan förse människan med en stark källa till kraft och en fundamental upplevelse av mening och sammanhang trots lidande.

Några forskare i den tidigare forskningen⁶⁵⁷ tar upp att ett mänskligt hopp riktat mot det timliga inte kan ge verklig tröst mot besvikelser, medan ett hopp som är av evig art kan förse människan med ett hälsosamt perspektiv så att människan bärs upp genom frid och glädje. Människans hopp kan således vara orienterat mot mål, handlingar och relationer på jorden eller mot eviga mål, handlingar och relationer med en abstrakt annan. Det här är delvis i överensstämmelse med resultatet i min studie, eftersom det visar att människan förutsätts bejaka den första kärleken, dvs. den abstrakta andra, för att få kraft och därigenom även tillägna sig kraft ur sina personliga och partikulära kraftkällor i det timliga jordelivet.

Det nya i resultatet i min studie jämfört med det som framkommer i tidigare nationell och internationell forskning belyser att människans och hälsans ethos har samma grundsubstans, medan livets ethos har den djupaste digniteten och handlar om evigheten som är mystisk och oändlig. Mitt resultat visar även att livets och människans existentiella dimensioner har betydelse för människans hälsa och att kärleken, den abstrakta andra utgör människans kraftkälla. Tidigare nationella och internationella forskningar tar inte upp den abstrakta andra på samma vis och de visar inte heller på kärlekens samband till det mystiska och människans existentiella dimensioner. Däremot tar den tidigare forskningen upp andligheten, och att kraftkällan besitter en helighet samt att människan inom sig besitter en kraft till hälsa genom t.ex. att vara hemma och lugn i sig själv. Min studie visar att vardande i hälsa handlar om att vara hemma i livet och därigenom kunna vara förankrad i sig själv. Den tidigare forskningen menar att det att ha hälsa och vara hemma i sig själv handlar om att vara den samma, men ändå vara i tillväxt mot nya mönster samt att vara säker och ta ansvar för sig själv och andra. Den inre kraften innebär även att människan har en positiv livssyn och att hon tror på sina egna möjligheter att verka och göra val och påverka framtiden i en förnimbar riktning. Genom andliga upplevelser kan den inre kraften komma i rörelse, kraften har en helig beskaffenhet. Detta är helt i enlighet med resultatet i min studie. Den tidigare

⁶⁵⁷ T.ex. Chao et al. (2002) som skriver utifrån Carson.

forskningen visar att det bärande elementet för främjandet och bevarandet av inre styrka utgörs av en form av gemenskap i konkret eller abstrakt mening. Även detta är i samklang med resultatet i min studie. Detta med gemenskap som bevarare och bärare av kraft för människan tangerar även resultatet i min studie. Att kraftkällan har en helig beskaffenhet tas upp av några forskare och det har även blivit bekräftat genom min studie. I några forskningar⁶⁵⁸ framkommer att andlighet och att leva nära döden kan öppna för nya förståelsehorisonter så att människan kan nå fördjupad och förnyad livsmening och livskraft. Med andlighet förstås här någon form av inbördes gemenskap i konkret eller abstrakt mening. Andlighet handlar även om att förlåta och bli förlåten samt komma i gemenskap med naturen, där den underbara skönheten är besjälad med återklang från den andliga sfären. Den ultimata meningen med livet, mötet med lidande och död utgör en väg till existentiellt uppvaknande. Den andliga delen som hänför sig till människans existentiella, mystiska och dolda dimensioner överensstämmer med det resultat som min studie visar på.

Människans hälsa kan utifrån min studie förstås i ljuset av döden och i relation till livet. Livet självt utgör och skapar källan som genom förbund med evighetens urkraft genererar kraft utifrån vilken människans kraftkälla, kärleken, får sin eviga glöd. Kärleken blir en kraft när människan har sitt hem i livet. Livets ethos, evigheten, som är en urkälla till kraft, är i sig inte kraftgivande utan kärlekens förbund. Genom kärlekens kraft träder livet i förgrunden, och blir bestämmande för människans mål och mening. Den tidigare forskningen har inte på samma sätt som min studie betonat livet självt och människan existentiella dimensioner som bestämmande för hennes vardande i hälsa. Tidigare forskning har lyft fram människans egen vilja som viktig för hennes möjligheter att tillägna sig kraft. Den tidigare forskningen visar dock att livsmening ger kraft till hälsa, något som kan jämföras mot bilden av livet som det som upplyser kraftkällan, kärleken, som min studie lyfter fram. Exempelvis nämns att närvaron av anhöriga och den kraft denna gemenskap ger kan sägas svara an mot människans inre längtan efter kärlek (att både få ge och ta emot kärlek) och värdighet, som då den får gensvar skänker människan livskraft tack vare upplevelsen av livsmening. Gemenskapen framkallar kontakt med den heliga dimensionen som människan delar, dvs. kärlek, ljus, glädje, skönhet och liv.

⁶⁵⁸ T.ex. Strang & Strang (2001) och Tibus & de Souza (2011).

Kärleken till nästan är den bärande substansen i människans vardande i hälsa visar min studie. Vardandet i hälsa förutsätter ett samtida görande där människan genom sitt ethos utövar sitt mänskliga ämbete, genom att evighetens stilla krafter är i rörelse, då hon älskar nästan genom handlingar. I tidigare forskningar framkom även människans egen inställning och aktivitet som viktig eftersom dessa utgör grundpelare som hennes inre styrka står på och därmed skapar hennes möjligheter för tillägnelse av kraft. I den tidigare forskningen betonas även anhörigas närvaro och stöd som väsentligt, något som framkommer i min studie också vikten av att inte behöva vara ensam utan att få vara till i en gemenskap eftersom det har betydelse för vardandet i hälsa och människans tillägnelse av kraft. Den inre längtan efter kärlek handlar även om människans längtan efter att själv få ge kärlek. Det här tangerar resultatet i min studie som visar att den vardande rörelsen i hälsa förutsätter att människan själv är aktiv och får ge kärlek till nästan. Vissa forskare menar att tröst är kraftfull och därmed har potential att lindra lidande. Min studie visar att kraftkällan ger kärlek och att det är upplevelsen av ett möte med kärlek som i sin tur ger tro och hopp. En ödmjuk grundhållning till livet utgör därmed förutsättning för ständig tillägnelse av livskraft ur källan.

12 KRITISK GRANSKNING OCH EVIDENS

I det här kapitlet ventileras studiens revidering, dvs. en utvärdering av studiens genomförande utförs och en kritisk granskning av huruvida min hermeneutiska tolkning har mäktat vidimera. Detta handlar enligt Eriksson och Nordman (2004) om att påvisa det som man har sett genom bevisföring eller uttrycka det som man har bevittnat och sedan befästa det som sanningslikt. Min intention är även att syna vilken den nya eller annorlunda förståelsen och det vetenskapliga kunnandet som den här studien kan bidra med för att tjäna människan i hennes hälsa och lidande.

12.1 Studiens revidering

Frågan om kvalitet är oundgänglig och central för den som producerar vetenskaplig kunskap⁶⁵⁹. Det finns mycket litteratur om validitetskriterier men Larsson (1994) varnar samtidigt för risken med ett stelbent följande av uppställda kriterier, då dessa kan få för stor betydelse så att de i sig själva blir bestämmande och att summan av kriterierna utgör hela helheten kvalitet. Kvalitet inbegriper avsevärt mer än validitet. Betoningen skulle gynnas av att i stället läggas på en öppenhet inför och en reflektion kring det originella vars argument är gedigna och övertygande⁶⁶⁰. Enligt Eriksson (2009a) kan revidering förverkligas genom att forskaren med sin studie ser, granskar, bearbetar, förändrar och förnyar kunskapsobjektet som ligger i fokus⁶⁶¹. Revideringen görs därmed i förhållande till studiens interna logik, vetenskapliga stringens, material- och metodval, metodens genomförande samt den nytvunna kunskapen i studien. Det vetenskapliga vetandet i min studie växer fram genom hermeneutisk rörelsependling i Gadameriansk anda mellan helhet, del och helhet. Den vårdvetenskapliga teorikärnan överges dock aldrig, men sätts på spel genom det nya som emottas med öppenhet. När annanheten hos vittnesbörden i textmaterialet stöter på värdegrunden hos teorikärnan och speglar sig mot denna sker något. Då kan det sanningslika träda fram likt en ny verklighet om det sanningslika i förhållande till idealbilden av kunskapsobjektet. I denna studie utgörs kunskapsobjektet av

⁶⁵⁹ Larsson (1994).

⁶⁶⁰ Larsson (1994) menar att man inte får glömma att kriterierna är oskarpa och okänsliga.

⁶⁶¹ Här hänvisas till Erikssons ontologiska evidenstänkande.

människans kraftkälla, hennes väg till denna och teser kring människans *vardande i hälsa*⁶⁶². Eriksson (2009a) menar att människan genom orden kan synliggöra substansen, och att det är orden som formar vetenskapen. Genom att uttrycka den *verkliga verkligheten* genom ord kan evidens framskapas. Verkligheten flätas samman med tänkandet genom orden. Vetenskapens bärande grundvärden synliggörs med hjälp av orden och påvisar ett distinkt sikte gentemot människans lidande, hennes verklighet i hennes vardande rörelse i hälsa. Min strävan har varit att synliggöra det som jag har sett genom att läsa texterna och det har jag gjort med fullständig integritet och öppenhet inför det okända. Jag har låtit mig möta det främmande, uppleva och tolka det. Jag har upplevt det som ett kall och en plikt att uttrycka det som jag sett. En viktig poäng är även att jag även haft en oräddhet att göra det genom ord och begrepp som jag själv funnit fruktbara utifrån Saken i sig och givetvis även utifrån den egna traditionen. En ny verklighet har på detta sätt upplåtits för mig där en djupare eller annorlunda förståelse⁶⁶³ av människans vardande rörelse i hälsa och hennes kraftkälla tagit form.

Vid valet av material har jag haft som utgångsläge att forskningspersonerna som själva genomgått ett svårt lidande och vardat i hälsa besuttit högre expertis än vad jag själv haft. På samma sätt har jag utgått från att min förförståelse inte besuttit ett lika högt sakkunskapsvärde som t.ex. Kierkegaards berömda klassiska verk⁶⁶⁴ *Kärlekens gerningar*, varför jag valde att tolka det. Wikströms bok *Det bländande mörkret* som berör det gåtfulla ljuset som människan möter och som lyser upp henne i mörkret valdes, eftersom boken specifikt inringade det spår som det sista skedet i min studie kom in på och den sanning som ännu väntade på att bli avtäckt gällande det mystiska och gåtfulla hos kraftkällans inre väsen. Givetvis hade jag möjligen kunnat välja en annan slutlig väg i denna studie genom att välja en källa som var mer avvikande från min tematik⁶⁶⁵ och i utökad grad skulle utmana mitt

⁶⁶² Eriksson (2009a) omtalar detta som ett evidensskeende som öppnar för det sanningslika i en ny verklighet; Jfr Eriksson och Lindström (2003).

⁶⁶³ Gadamer (1999) menar att i den mån man överhuvudtaget förstår så förstår man annorlunda. Läsaren bör ta textens sanning på allvar. Förståelsen inriktar sig på sanning i sak; Jfr Lindström & Eriksson (2007)

⁶⁶⁴ Eriksson (2009a) menar att de klassiska verken ofta har återgett bilden av den *verkliga verkligheten* då de överförts från släktled till släktled och att texterna kan få ny betydelse eller påvisa nya existentiella frågor eller belysa något som rent av glömts bort.

⁶⁶⁵ Jag hänvisar här till t.ex. någon källa av mystikerna såsom det klassiska verket ”Augustinus bekännelser” som behandlar Augustinus av Hippos filosofiska tankar (som levde år 354–430).

forskningsområde, men vid en första genomläsning visade det sig Wikströms källa utgjorde ett så utmanande material som kunde möjliggöra en annorlunda förståelse för kraftkällans inre väsen. Att inte välja detta material hade varit som att frånga en plikt eller ett medvetet ansvar i relation till den inomvetenskapliga teoribildningen eftersom de litterära källorna lyfter fram axiomens kärnbudskap om helhet, helighet, evighet, oändlighet och mysterium. Dessutom lyser de upp dialogen mellan axiom 7 och 8 på ett unikt sätt varför det var naturligt att välja teologiska källor som beaktade människans andliga och existentiella dimensioner.

Det historiska avståndet mellan upphovsmannen till en text och läsaren är en gynnsam grogrund till ny förståelse⁶⁶⁶. Textens genuina mening skapas i en oändlig process och avståndet i tid gör det möjligt för Sakens egentliga andemening att fullständigt uppenbara sig. Nya oväntade meningar uppkommer hela tiden ur nya källor där den sanna meningen trätt fram. Författarens avsikt med texten förmodas kunna överskrida genom läsning av texterna. Detta kan ske genom att läsaren tack vare den egna traditionen som hen tillhör förstår mer än författaren ursprungligen åsyftat med sin text. Dessutom finns möjlighet för läsaren att förstå mer än författaren, eftersom läsarens egen förförståelse i möte med textens annanhet sätts på spel.

När jag läst texterna har jag dröjande nära texten inväntat att den talat till mig och gjort sig gällande så att dess sak fått bli synlig. Jag har i läsandet av texterna momentant gått utanför den egna förförståelsen, och långsamt inbjudit textens mening men även min egen. Dessa två horisonter har jag sedan lagt i relation till helheten. Jag har tagit sikte i förförståelsen men samtidigt satt den på spel när jag gått in i de induktiva faserna. Förförståelsen i form av caringtraditionens (vid Åbo Akademi) teorikärna, har följt med mig i slutet av varje tolkningsskede. I min strävan efter att hindra min förförståelse från att helt styra tolkningen och färga den har jag varit noga med att gång på gång påminna mig om och för mig själv artikulera min egen förförståelse. På detta vis har jag försökt säkerställa att jag varit djupt medveten om den⁶⁶⁷. I mina tidigare kapitel har jag i denna studie noggrant

⁶⁶⁶ Gadamer (1999).

⁶⁶⁷ Larsson (1994, 166): "I en hermeneutisk tradition är det således tecken på hög kvalitet att man redovisar det perspektiv som är en viktig del av tolkningen. Bristande kvalitet har då tolkningar där perspektivet inte deklarerats öppet utan blir dolt."

redogjort för vilken min förförståelse är⁶⁶⁸. På så vis har jag banat väg för att kunna ha förförståelsen med mig genom textens landskap där jag gjort anspråk på förståelse. Detta har underlättat mina möjligheter att förhålla mig till förförståelsen i stället för att blunda för den. Detta har även gjort att den inte styrt mig i min samtida ambition att fokusera själva Saken i texterna och lyfta fram den i ljuset för att således odla en grogrund för verklig förståelse genom tolkningen.⁶⁶⁹ Jag har läst texten och försökt omfatta dess mening som helhet och därefter läst den ånyo och tolkat dess sak med inriktning mot ett specifikt förmodande gentemot en viss mening. Därmed har jag ständigt i tolkandets hermeneutiska rörelse rört mig mellan helhet, del och helhet samt mellan tolkning och förståelse. Genom den högaktnings och det ansvar jag upplevt inför texterna har jag upplevt det som min plikt och mitt kall att verkligen utföra tolkningen med vördnad så det har varit givet att närma mig textmaterialet i en anda av hänsynsfull vaksamhet. Det är en ständig balansgång att i tolkningen hantera subjektiviteten gentemot objektiviteten vilket kräver konstnärsdrag för att möjliggöra en djupare eller annorlunda förståelse för Saken.

Gällande den interna logiken⁶⁷⁰ har jag beaktat att "Harmoni bör råda mellan "forskningsfrågan, antaganden om forskning och det studerade fenomenets natur, datainsamlingen samt analystekniken"⁶⁷¹. Larsson (1994, 170) skriver även att "Under ytan på tanken om den interna logiken finns idén om en helhet, som alla enskilda delar kan relateras till. Delar som inte fyller en funktion i helheten blir då missprydnader. Detta är ju en hermeneutisk tankegång; kriteriet på kvalitet är graden av harmoni mellan del och helhet."⁶⁷²

⁶⁶⁸ Detta benämner Larsson (1994) för "perspektivmedvetenhet"; Larsson (1994, 165): "Genom att explicitgöra förförståelsen gör man utgångspunkten för tolkningen tydlig. På så sätt undanhåller forskaren inte läsaren sitt perspektiv. Ytterst bygger detta på att forskning skall vara tillgänglig för kritisk granskning. Denna redovisning av förförståelsen blir då ett kvalitetskrav."

⁶⁶⁹ Gadamer (1999) omtalar att det är läsaren själv och hans förförståelse som kan skapa oreda när det gäller tolkningen av en text.

⁶⁷⁰ Larsson (1994, 168), hänvisar till Howe och Eisenhart, och "uttrycker detta kriterium som en harmoni mellan forskningsfrågor, datainsamling och analysteknik". Styrande för datainsamling och analyser bör vara forskningsfrågorna, och att man därmed inte får vara bunden till någon förutbestämd metod.

⁶⁷¹ Larsson, (1994, 170) menar: "Tanken om denna harmoni bygger på den estetiska principen att ett vetenskapligt arbete skall vara en väl sammanfogad konstruktion; ett slutet system."

⁶⁷² Larsson (1994, 184) skriver: "Den hermeneutiska cirkeln kan inte bara användas som ett sätt att förstå vad som händer vid tolkning, den utgör också mall för hur en tolkning bör vara. Här närmar vi oss ett konsistenskriterium. Hög kvalitet har en tolkning där delarna i en text eller tillgängliga

Det har varit en krävande och utmanande balansgång att å ena sidan ha en deduktiv ansats i studien och å andra sidan göra induktiva delstudier och dessutom i en delstudie ha en abduktiv slutledningsregel. Det har uppstått uppenbara spänningar när jag gjort försök att balansera detta i förhållande till min förförståelse. Läsaren kan förmodligen uppfatta denna spänning som osökt leder till frågan om förförståelsens roll i denna studie och huruvida förförståelsen styrt eller satts på spel? Svaret på denna fråga är att jag både har tagit sikte i min förförståelse och även satt den på spel. Eftersom studien har en deduktiv ansats och gör anspråk på att avtäcka ny förståelse samt fördjupa och nyansera förståelsen för hälsans ethos har det varit outhärligt att ta sikte i förförståelsen men ändå sätta den på spel för att kunna vara öppen inför det nya och oärade. Min egen förförståelse har hela tiden satts på spel, inte minst i intervjusituationer med forskningspersonerna, dvs. jag har varit tvungen att hantera förförståelsen på ett medvetet sätt. Gällande intervjutexterna har garanterandet av anonymitet för forskningspersonerna i alla lägen av studiens skeden varit särdeles viktigt⁶⁷³. Beträffande intervju som metod har jag inte regelrätt följt några exakta moment, utan låtit forskningspersonernas röst höras. Intervjuandet bygger på mina omdömen och praktiska färdigheter som intervjuare. Efter genomförd studie kan jag konstatera att genom att intervjua lär man sig konsten att utföra intervjuer, trots att det förvisso finns många olika tekniker som man kan använda och centrala stadier för hur intervjuer kan genomföras. Värdet hos den kunskap som produceras genom intervjun kan sägas fungera som *mätinstrument* för kvaliteten hos intervjun. Jag kan efter genomförd tolkning av textmaterialet säga mig ha utvunnit en ny eller nyanserad och annorlunda förståelse för människans kraftkälla och vägen till den.

data "tas om hand" på ett sådant sätt att det uppstår så få motsägelser som möjligt mellan tolkningen (helheten) och enskilda data (delarna)." Ödman (1979) omnämner detta för inre logik. Finns det delar av det empiriska underlaget som inte stämmer med tolkningen, kan tvivel resas som tolkningen. Det kanske finns en alternativ tolkning som kan ge ett sammanhang åt mer av data." Larsson (1994, 183): "Konsistens är ett kriterium som ligger mitt i hjärtat av vad vi menar med hermeneutik: En tolkning byggs upp av spelet mellan del och helhet. Med delarna byggs innebörden i helheten upp, på samma gång som innebörden i varje del beror på helhetens innebörd."

⁶⁷³ Kvale och Brinkmann (2009) menar att vid rapporteringen i det offentliga av forskningens resultat blir frågan om anonymitet igen aktuell.

Jag har under hela min arbetsprocess eftersträvat att min studie ska uppvisa god etik. Jag har anammat en respektfull och sanningsenlig hållning gentemot materialet och strävat efter att i tolkningen inte utelämna något som jag själv uppfattat som sant, och inte heller medvetet tagit in något nytt element i tolkningen som inte visat sig ur själva Saken i mitt material⁶⁷⁴. "När det gäller kvalitativa studier handlar resultaten ofta om att gestalta något på ett nytt sätt så att nya innebörder uppstår", skriver Larsson, (1994, 172). Min studie har resulterat i en annorlunda eller djupare förståelse av människans vardande rörelse i hälsa och hennes kraftkälla, vilket av Larsson (1994) även uttrycks som "innebördsrikedom". Det råder en laddning mellan innebördsrikedomen och kravet på struktur i en avhandling. Denna laddning bör hanteras av forskaren på så vis att resultatet inte får bli svårlästa eller obestämda. Mitt resultat kan enligt min uppfattning sägas ha uppnått kriteriet innebördsrikedom⁶⁷⁵. Eftersom den här studien har en ontologisk karaktär där människans existentiella och universella dimensioner är i blickfånget har texterna djupgående, komplexa och filosofiska drag, inte minst där människans andliga dimensioner förs på tal. Jag har dock medvetet försökt reducera komplexiteten, eftersom jag är medveten om att mitt forskningsområde besitter dessa, och därför har jag först åskådliggjort resultaten genom en god struktur⁶⁷⁶. Jag har försökt strukturera dels genom att göra upp teser som ska tydliggöra kärnsubstanten i resultatet (teorin)⁶⁷⁷ och dels genom att diskutera dessa teser i relation till tidigare teori och forskning, samt uppgjort tabeller för att påvisa revideringen av axiom och teser.

På grund av komplexiteten kring tematiken och att många av begreppen som används i denna studie tangerar varandra kan en svaghet i studien utgöras av

⁶⁷⁴ Larsson (1994, 171) menar: "Den största synden hos en forskare torde dock lögnen vara".

⁶⁷⁵ Larsson (1994, 175) skriver: "Det kollektiva byggandet av teori är ett centralt värde i forskning. Kvalitet handlar om hur väl man relaterat sig till tidigare teori och huruvida resultaten kan förändra den."

⁶⁷⁶ Larsson (1994, 173): "Största möjliga enkelhet är den övergripande normen".

⁶⁷⁷ Larsson (1994) skriver att med teori avses att man hittar mönster eller centrala drag i materialet. författaren uttrycker även 1994, 175: "Redovisningar där allmänna drag i det empiriska underlaget inte utpekas, saknar denna kvalitet och kan knappast kallas forskning. Det krävs med andra ord en tolkning av data som lyfter fram det som är allmänt i dem."; Larsson (1994, 177) skriver: "Vi kan således konstatera att teoritillskott kan te sig på många olika sätt och att olika ansatser har olika syn på teori och teoritillskott – bedömningen måste således ske utifrån traditionens egna premisser. Allt måste bedömas utifrån sin egen art [...] Slutligen handlar bedömningen om teoritillskottets vikt: har man lyckats bidra med ett avgörande tillskott eller har man bara bidragit med en anteckning i marginalen?"

otydlighet i förhållande till vilken substans som uppstått ur de olika delstudierna. Även om det går att tyda vilken substans som framkommit i en delstudie genom att läsa rubriceringarna i kapitlet så kan det vara otydligt att se exakt vilken förståelse som togs med från en delstudie till en annan. Läsaren kan ha svårt att direkt påvisa vilka teser som uppkommit i en delstudie och hur de utvecklats och ändrats genom en annan delstudie. Gällande validiteten hos resultaten⁶⁷⁸ menar Larsson (1994) att det inte är helt enkelt att markera denna gräns då den är svävande eftersom sättet att framställa något spelar en central roll i det kvalitativa resultatet.

För att i denna studie uppfylla god kvalitet har jag eftersträvat att genomgående i studien underbygga mina argument och jag ser mina tolkningar som rimliga. Jag har försökt skildra resultatet så heltäckande och djupgående som möjligt för att på så vis genom framställningen visa hur verkligheten kan ses på ett nytt sätt⁶⁷⁹. Larsson (1994) menar att ett forskningsarbete kan sägas uppfylla god kvalitet om tolkningen visar på resultat som inte andra kan finna några väsentliga svagheter hos.⁶⁸⁰ Ett tecken på validitet⁶⁸¹ handlar om t.ex. av samstämmighet mellan olika källor, menar författaren. Beträffande det pragmatiska kriteriet⁶⁸² omnämner Larsson forskningens värde för praktiken, vilket inbegriper hur man kunnat förmedla sina resultat och redogöra för deras betydelse i verkligheten.

12.2 Framtida horisonter för forskning

Studien har genom att tränga in i det som ger människan kraft att varda i hälsa och lidande utmynnat i en fördjupad och nyanserad förståelse beträffande hälsans ethos, människans kraftkälla och hennes väg till denna. Den här studien antas ge en annorlunda och nyanserad förståelse om hälsa, det hälsofrämjande, människans kraftkälla, hennes vardande rörelse, dvs. hur hon finner kraft att varda i hälsa.

⁶⁷⁸ Larsson (1994) indelar validitetskriterier i följande kategorier: diskurskriterier, heuristiskt värde, empirisk förankring, konsistens och det pragmatiska värdet.

⁶⁷⁹ Larsson (1994) benämner detta för heuristiskt värde.

⁶⁸⁰ Larsson (1994): Diskurskriteriet handlar om huruvida utsagor och argument klarar sig vid en prövning mot alla andra alternativa påståenden och argument, som kan framläggas gällande något.

⁶⁸¹ Larsson, (1994, 181) skriver: "En systematisk användning av triangulering är ytterst verkningsfullt för att ge trovärdighet åt tolkningar."

⁶⁸² Författaren hänvisar till Howe och Eisenhart som talar om "externt värde".

Denna studie bidrar som tillhörande grundforskning inom det vårdvetenskapliga forskningsprogrammet vid Åbo Akademi med vårdvetenskaplig teori om hälsa.

Kunskapsbidraget talar för att kraftkällan framstår som *människans egen inre kraft, kärleken*. Kraftkällans väsen är fördold för människan, men paradoxalt samtidigt uppenbarad för henne likt ett mysterium. Det mystiska hos kraftkällan förstås ha anknytning till det mörka i lidandet och utgör en förutsättning för människans väg till källan, dvs. att hon ska upptäcka den. Förutsättningen för att upptäcka källan handlar om att människan låter sig omslutas av det mörkaste mörkret. Kraftkällans portar kan öppnas så att hon ska kunna emotta det goda ljuset som strålar från källan samt tillägna sig det. I kärleken finns ljuset som har evighetens kännetecken, dvs. härstammar från evighetens sfär, den abstrakta andra, och därmed aldrig kan förgå. Genom claritas ljus som kärleken utstrålar har människan möjlighet att ana ljuset och kraften från urkällan. Människan kan, när hon uppfattar detta, den abstrakta andra, genom ljuset som hen utstrålar via tingen eller genom andliga erfarenheter, uppleva tro och hopp trots lidande. Detta gör att människan åtminstone för ett ögonblick kan våga tro att vägen är framkomlig. I mötet mellan det partikulära och det universella kan människan tillägna sig kraft, eftersom hon kan uppleva mening och kraft att leva och älska tack vare kärlekens förmåga att förena det timliga med det eviga.

När människan i ensamhet och stillhet är vaksam inför det tysta ljudet från den inre längtans röst visas vägen till människans kraftkälla. I den ensamma stillheten och tystnaden kan evigheten anas av människan. Genom ensamhet och stillhet kan människan i det timliga för ett ögonblick förnimma det universella och evigheten med hjälp av kärlekens kraft⁶⁸³. Ju fler av dessa möten med ljuset från kraftkällan som hon förnimmer genom olika slags andliga upplevelser, desto starkare blir hennes hopp och tro på kraftkällan. Hennes inre längtan och törst efter att om och om igen få uppleva denna slags förening med kraftkällan, hennes mänskliga och egentliga väsen, genom den abstrakta andra kärleken, ökar. Därmed sagt kan man hävda att tro och hopp utgör förutsättningar för tillägnelse av kärlekens kraft. Tro och hopp har makt att uppväcka människans inre längtan genom att kasta ljus på

⁶⁸³ Jfr Nurminen (2009) som skriver att genom stillhet kan människan i ögonblicket uppfatta det tidlösa, dvs. evighetens härlighet; Jfr Saeteren (2006) som hänvisar till Kierkegaard som menar att ögonblicket är timlighetens och evighetens beröringspunkter och då människan i ögonblicket förhåller sig till sin forntid och framtid uppstår frihet; Jfr Arman och Rehnsfeldt (2011).

kärleken så att människan kan ana glimtar av kärleken, urkällan. Människan kan ana kärleken genom att tro och hoppas på den. Därmed kan konstateras att förutsättning för tillägnelse av kraften går genom tro och hopp. Kraften kan sättas i rörelse när människan vidkänner treenigheten bestående av både tro, hopp och kärlek. Människan antas därmed tro och hoppas på kraftkällan, för att hon ska kunna tillägna sig den, dvs. förutsätta dess existens trots att dess väsen alltså förblir fördolt för henne. *Men lidandets stora fråga handlar om hur människan i ett lidande kan tro, hoppas och älska?* En väg till förståelse av detta är att människan inte skulle lida om hon inte har fått livet och lever. Bara det faktum att hon lever är stort, vilket antyder att hopp finns trots lidande, genom vissheten om livets existens. Sålunda lever alltså även hoppet om lindring i lidandet. Människan kan även få hjälp av en annan medmänniska att se kärleken eller genom att älskas av henne, så att hon så att säga *älskar fram kärlekens kraft hos den andra*.

Kraftkällan förutsätter att människan vill, kan och förmår välja sin väg. Detta innebär att människan ödmjukt förutsätts tro och hoppas på källan, liksom förutsätta att kärlekens källa och kraft redan före hon tillägnat sig dess kraft. *Kärleken till nästan är den bärande substansen i människans vardande rörelse i hälsa*. Genom att människan först förutsätter kraftkällans existens genom tro och hopp, och älska nästan (genom tro och hopp på kraftkällan, den abstrakta andra, kärleken) så kommer de goda handlingarna naturligt. Detta möte med kraftkällan, då människan upplever att den existerar när hon utövar sin mänsklighet och ger kärlek genom konkreta handlingar (genom goda kärleksgärningar), föder ett begär efter att uppsöka källan på nytt för att gång på gång få uppleva mer och mer kärlek. Genom att människan tror och hoppas på källan och först älskar, kommer kärleken således att föda sig själv och öka.

Människan har möjlighet att genom tillägnande av kraftkällan se glimtar av evighetens glans som skänker en kraft som aldrig överger människan. Detta är möjligt genom att förutsätta kärleken (den abstrakta andra) och använda detta som en sammanbindande länk mellan timlighet och evighet. Människan kan således tillägna sig kraftkällan genom att låta värmen från *caritas* och ljuset från *claritas* lysa upp det timliga genom kärlekens ljus. När människan genomgått ett lidande och förmått varda i hälsa kan små saker i livet få ett mycket större värde än de tidigare i livet haft. Men små problem blir också obetydligare än tidigare.

Människan blir inte fången i bitterhet utan i stället blir hon en bärare av glädje som sprider ljus (*caritas* och *claritas*), en kärlekens budbärare⁶⁸⁴. Människan lär sig uppskatta livet mer, lär sig förundras mer, och respekterar andra mer samtidigt som hon även tycker om sig själv mer än tidigare och därmed även tar hand om sig väl. Hon får en mer hoppfull inställning till livet, och om det inte alltid går som hon tänkt sig, så kan hon ödmjukt uppleva förnöjsamhet ändå. En helt vanlig vardag innebär lycka för människan likasom att få ha frihet att göra det hon vill. Det enkla i livet blir något som människan eftersträvar och längtar efter. Hälsa blir viktigt för henne, och att ha en omgivning som bryr sig och som hon får bry sig om samt som hon alltid kan vända sig till oberoende vad som sker. Människan ger upp sin jakt efter mening med livet, i stället njuter hon av att leva livet sådant det är, eftersom hon ser att livet självt är meningen. Hon återskapar livsglädje med det som livet ger. Att få utöva sin kärlek och leva i den blir essentiellt. Att älska ger kraft att leva. Människan upplever mening och livskraft genom att få leva utifrån sin tro och hopp på kärleken och dess eviga urkraft.

Utifrån den ontologiska hälsomodellen (Eriksson et al., 1995) kan kärleksgärningar eller goda gärningar, utifrån min studie, ses som *ett görande*. Kärleken till sig själv och nästan kan ses som ett varande och kärleken till den abstrakta andra och livets kärna som ett vardande. Alla av dessa krävs för att komma i kontakt med livets kärna – urkraften och de har således alla betydelse för människans hälsa. I min studie framstiger speciellt den görande nivåns betydelse för människans vardande i hälsa⁶⁸⁵. För att komma i kontakt med livets kärna – urkraften – krävs att alla dessa tre är involverade, och således har de alla tillsammans en bärande betydelse för människans hälsa.

Människan kan få vila i lidandet, dels vila från sitt lidande och dels från sig själv och varandet. På detta vis kan människan momentant bortse från sig själv och sin hopplösa eller svåra situation i lidandet och i stället gå inför att ta startpunkten i den görande nivån. Genom att aktivt välja att utföra *görande*, dvs. handla genom

⁶⁸⁴ Jfr Selander (2014).

⁶⁸⁵ Genom att förutsätta kärleken (den abstrakta andra) och använda detta som en sammanbindande länk mellan timlighet och evighet, dvs. genom att låta värmen från *caritas* och ljuset från *claritas* lysa upp det timliga genom kärlekens ljus och (genom kärleken som bär på evigheten) kan kraftkällan ge människan glimtar av evighetens glans som skänker kraft som aldrig överger människan.

goda kärleksgärningar sammanför hon görande och vardande nivåerna där hon är aktiv och "utför kärleken" som hennes väsen, hennes ethos, som är i rörelse genom kärlekens krafter⁶⁸⁶. Detta görande "återskapar" och återaktualiserar människans ämbete att verka och tjäna i och genom kärlek. På detta vis kan kraft tillägnas människan eftersom det kastar ljus på hennes eget värde så att hon förmår älska sig själv trots lidande genom livets källa, dvs. dess egen mening, helighet och dyrbarhet. Människan kan tillägna sig livets källa genom tro, hopp och kärlek. Kärleken är den förenande länken mellan det timliga och evigheten, som frigör kraft. Vardandet förutsätter därmed sagt ett aktivt görande, genom att "göra kärleken" genom utförandet av goda handlingar kan människan förena det timliga med det eviga och således uppleva kärleken konkret själv och få kraft. Görandenivån kastar ljus på vardande så att människan kan tillägna sig varandenivån och därmed urkällan till kraft genom att älska nästan. Görandet aktiverar kärlekens kraft, vardande, som tillsammans med *görande* ger *vardande*. Min studie belyser således att vardande hos den lidande människan kan aktualiseras och aktiveras genom *görande* så att när människan trots lidande förmår utföra goda gärningar kan hon få kontakt med sitt vardande som ger henne "varandet" så att alla dimensioner är i rörelse för att hon verkligen ska kunna tillägna sig kraftkällan. Därför framläggs i denna studie det djärva påståendet att *ett vardande utan görande inte är ett vardande*.

Studien visar att genom att genomleva lidandets mörker⁶⁸⁷ öppnas dörrar för nyorientering och växt. Därtill visar studien att människans kraftkälla i djupaste mening står att finna inom henne. Människans existens berättigar tillträde till källan men tillgängligheten kräver uppmärksamhet (dvs. att människan fokuserar sin uppmärksamhet inåt mot sin egen kärna). Tillägnelsen av kraftkällan har även vissa premisser, dvs. att människan är lyhörd inför sin inre längtan och att hon vågar följa den. Även om lidandet i sig saknar mening så innehåller det för

⁶⁸⁶ Jfr Frankl (1986); Jfr Lindholm (1998) som talar om människans medvetenhet om det onda och det goda, och människans frihet att själv välja. På samma sätt har denna studie visat att människan genom sin medvetenhet om både det onda och det goda har möjlighet att aktivt välja sin väg, att välja det goda t.ex. genom att fokusera det goda och positiva trots vetskapen om det onda och negativa. Genom att inte blunda för det onda kan det goda bli verksamt inom henne så att hon förmår träda fram i en äkta sanning via att aktivt utföra goda handlingar. Medvetenheten om det goda och det onda skapar en frihet inom henne som ger mod att handla utifrån sitt ethos.

⁶⁸⁷ Jfr M. Eriksson (2007) som genom att använda sig av metafor flod vill beskriva hur människan gynnas av att lära sig simma eftersom livet levs hela tiden i floden; jfr Söderlund (2004).

människan själv en meningsfull enhet som spelar en avgörande roll för hennes hälsa⁶⁸⁸. En människa som inte verkligt får vara till och får uppleva sig som levande trots ett eventuellt lidande, vill inte heller vara till, eftersom hennes lidande och således verkliga livsvillkor inte beaktas. Detta gör att hennes värdighet inte bekräftas, vilket gör att hennes lust att leva avtar då den inte får näring. Människans djupaste mening är således viljan till liv och kärlek. Människans innersta vilja styr och ger henne riktning i livet men den genererande urkraften har sin härstamning i kraftkällan, kärleken, som ger människan mål och mening. Människan har en naturlig strävan inom sig efter att uppleva ljus och liv, dvs. känna sig levande i livet, och när hon har vidrörts av kärleken kan hon uppfatta mål och mening med att leva, vilket för med sig livskraft.

Studien visar även att kraftkällans väsen kan upplysa människan med sin kärlek, tro och hopp genom de konkreta andras stöd, närvaro och gemenskap⁶⁸⁹. Kraftkällan gör att människan söker det ljusa och positiva, eftersom den ger perspektivändringen med evighetens ljus som väcker 'kärleken till nästan' inom människan som gör att hon ser ljust på livet och tillvaron trots lidandets mörker. Kraftkällan möjliggör även att människan finner positiva fragment även när lidandet är svårt. Kraftkällan ger inre visshet om en annan existentiell dimension som skänker frid och vila. Om människan inte vidkänner sig själv och hela sitt väsen kan hon inte inse sitt begär efter att få vara till sådan hon verkligen är. När hon inte vill se sanningen och leva ärligt kan hon inte heller lyssna inåt och välja att bejaka livets storhet⁶⁹⁰. Hon flyter då i stället med i en ytlighetens ström där hon saknar förmåga och frihet att själv välja. Hon saknar förmåga att se djupet inom sig och hela livets härlighet. Människan som inte förmår vända sig inåt för att sedan få kraft att vända sig utåt kan inte heller varda i hälsa. Det är väsentligt för människans överlevnad och existens att hon har möjlighet att varda i hälsa, för då kan hon finna sin kraftkälla, sitt inre rum, bli en enhet i sig själv och bevara sitt väsen⁶⁹¹. I det här sammanhanget vill jag lyfta fram att det givetvis även finns situationer då människan helt enkelt inte klarar av att träda fram, och momentant

⁶⁸⁸ Jfr Eriksson et al. (1995).

⁶⁸⁹ Jfr Hung-Ru (2008).

⁶⁹⁰ Jfr Arman & Rehnsfeldt (2011).

⁶⁹¹ "Fullt gripbar blir enheten aldrig. Den kan bara skönjas men det är oerhört viktigt att vi anar den. Den glimtar fram för det tillhör det starkt naturliga inom människan." (Föreläsning av Eriksson 26.4.2013 där hon hänvisar till Herakleitos).

behöver få vila genom att en annan bär henne, tills dess att hon kan träda fram⁶⁹². Detta fordrar att människan själv vill och orkar söka kraftkällan. Människan behöver själv ha en vilja att träda fram för att kunna finna kraft att varda i hälsa.

När människan äkta förmår förlikas med alla sina sidor som människa, sin litenhet inför alltets storhet och det oändliga, sina tillkortakommanden och svaga sidor, liksom sina starka sidor men speciellt med barnet inom sig, kan hon vara verkligt mänsklig och älska nästan. Det är genom att våga försätta sig själv och allt på spel med allt vad det kan innebära som människan har möjlighet att vinna sig själv och förmår älska sig själv och sina medmänniskor som livet självt. Människan har möjlighet att vinna livet (att tillägna sig kraftkällan) genom att våga språnget (vilja och våga den första rörelsen mot källan) och handlöst kasta sig ut i livets oändliga ström. Människan förutsätts ha förtröstan om att vågen av tro, hopp och kärlek ska föra henne ända hem, till det inre hem där hon kan få trygghet så att hon av hela sitt hjärta, genom sitt ethos, kan älska nästan. När hon älskar nästan växer kärleken av sin egen livskraft och pånyttföder den, gång på gång, så att hon ständigt kan hämta kraft ur den outtömliga källan. När människan vågar gå in i sitt lidande och möta det och vara äkta inför sig själv inser hon glimtar av det heliga som hon tidigare inte har kunnat se, på grund av mörkret. Hon inser att hon alltid längtat efter sitt inre hem, ethos och kan således tillägna sig det. Genom ethos kan människan vila i visshet. *Genom tonarten och klangen som ethos ger upphov till uppstår en förening mellan lidandet och hälsan som gör att hon trots lidande kan uppleva glädje och hälsa.* Tack vare tillägnelsen av ethos och att hon väljer att hålla fast vid det samt bevarar det i medgång och motgång vågar människan ha tro, hopp och kärlek i livet, oberoende av dess betingelser. Människan kan i sin kamp för att bevara sin värdighet i lidandet tack vare ethos varda i hälsa mot enhet och helighet. Genom sitt ethos, det heliga, kan hon älska nästan och när hon ger kärlek och älskar utifrån det heliga och eviga kan hon tillägna sig kraft. Ethos skapar ödmjukhet inför livet här och nu, i stället för att enbart leva i framtiden eller i det förflutna. Det utesluter inte att spinna planer framåt, människan mår bra av att skapa mening åt sig genom att ha mål i livet. Men det viktiga är ändå att kunna leva i nuet, att se det man faktiskt har och kan i stället för det man inte har eller inte kan dvs. att själv välja att se saker och ting ur ett positivt perspektiv (ur evighetens synvinkel). Genom ett beständigt hopp där människan lever utifrån

⁶⁹² Här avses att människan inte alltid har kraft och vilja att träda fram.

kärlekens kraft handlar hoppet inte om att något kommer att resultera i något som kan anses vara fördelaktigt utan om tron och vissheten om att något har mening oberoende av hur det går⁶⁹³.

När människan går in i och är till i livets mörker kan hon upptäcka ljuset. Lidandets mörker kan vara förlamande och periodvis fördunkla både livsglädjen och livslusten. Det kan vara så förlamande att människan varken kommer sig för att kämpa emot lidandet eller att kämpa för att börja gå mot hälsa utan blir kvar på samma ställe, i en slags gråzon av meningslöshet och tomhet. Förlamningen kan göra att hon blir kvar i det mörka lidandet men samtidigt inte verkligt förmår vara och se det mörka. Det är den här typen av lidande som gör att människans rörelse avstannar. När rörelsen avstannar innebär det en ödesdiger situation för människan som vill återfinna livsglädjen eftersom detta så småningom även släcker livslusten varpå människan riskerar att ge upp hoppet. Det är först när förtvivlan blir total och som människans medvetenhet om sin ontologiska hemlöshet kan vakna, och kampen om livet kan inledas där människan kämpar i lidandet – när hon tillåter det och låter sig omslutas av dess mörker. När livets kärna framtonar i livsmörkret framträder nämligen även ytterligheter, liv – död, hopp och förtvivlan alltmer. Medvetenheten om döden kan därmed abrupt uppväcka människans inre längtan efter liv så att hon vill kämpa för livet varpå en första rörelse i riktning mot liv och hälsa föds. Vändpunkten kommer när människan i sitt eget mörker finner sig otillräcklig att i sig själv ha kraft att göra en ändring i sin livsrytm och kanske för att inte mista livet tvingas vända sin uppmärksamhet mot någonting annat och verkligt följa den inre längtan. Det är när människan verkligt stillar sig inåt för att ta emot den inre längtans röst som en första rörelse igångsätts. Denna rörelse kan vara både abstrakt eller konkret och kan upplevas som ytterst liten, men den bryter stillaståndet och ger en ny energi som är av helt avgörande slag för människans vardande och fortsatta vandring mot hälsa eftersom den förutsätter ett första möte med tro, hopp och kärlek (då människan slungar sig ut mot en oviss framtid och helt förlitar sig till att dessa dygder bär). Min studie visar att mörkret i lidandet har makt att synliggöra kärleken (den abstrakta andra) och evighetens helighet varpå människan kan erinra sig om sin kraftkälla och tillägna sig den⁶⁹⁴. Hälsa kan därmed förstås endast i ljuset av livet, där döden utgör en ofrånkomlig del.

⁶⁹³ Jfr Kelley och Chan (2012) som refererar till Havel.

⁶⁹⁴ Thorkildsen et al. (2012) ser även kärleken som en helig inneboende kraft hos människan.

Även i stunder när människan finner sig själv djupt förtvivlad i lidandets mörker och hon upplever allt svart och hopplöst finns det alltså en strimma ljus av hopp kvar. Detta ljus som kan anas även i det mörkaste mörker har att göra med att *kärleken är starkare än människan*. Detta innebär att hoppet om förnyad kraft aldrig förgår. Kärleken behöver bara ges en chans, den behöver få en inbjudan av människan, där hon *ödmjukt ger kärleken fullmakt*. Människan förutsätts på detta vis själv vara aktiv och välja kärleken, genom att inbjuda den och möjliggöra tillägnelse av den. Samtidigt fullbordas kärleken genom handling⁶⁹⁵, dvs. genom människans aktiva agerande där hon är till och verkar utifrån sitt mänskliga ämbete. Även då människan är som svagast och upplever sig utom allt hopp så finns det alltså hopp eftersom kärleken – ontologiskt sett – är starkare än människan och därmed har kraft att bära henne. Detta förutsätter att hon stillar sig för att erinra sig om sin inre längtan och följer lockelsen och vägen som utgörs och skapas av de toner som hennes ethos, kärleken, spelar upp, utifrån hennes innersta rum där den har sin boning. Människan kan, tack vare att hennes ethos är verksamt, uppleva sig hemma i sig själv och därmed levande, vilket möjliggör vardande i hälsa trots lidande.

Efter att kraftkällan tillägnats människan älskar hon livet mer än dess mening. Hon lever ur kraftkällan och är djupt medveten om dess närvaro och att den vakar över henne. Genom vandringen i mörkret blir det heliga ljusets eviga hemvist och bestånd en påtaglig erfarenhet för människan, varför hon mognar och får kraft genom detta⁶⁹⁶. Först kan hon bara uppfatta glimtar av ljuset, men när hennes fokus ändras från det egna till att omfatta evigheten, den abstrakta andra, uppstår glädje och kraft. För att kunna tillägna sig kraft krävs således att människan söker sig förbi ljuset och vidare till dess källa. Om hon blir kvar i glansen eller vill spegla sig i ljuset för att själv bli ärad och upplyst inför andra (som på en scen) växer inte hennes sanna jag utan i stället målar hon upp en falsk fasad. I denna falska fasad uppblåses hennes ego och hon förlorar sin litenhet inför den abstrakta andra, dvs. kraftkällan. Ju närmare en människa har kommit källans hemvist desto mer ödmjuk blir hon.

⁶⁹⁵ Jfr Arman & Rehnsfeldt (2011).

⁶⁹⁶ Jfr Wikström (2007).

Genom kärlekens ljus kan människan lysa upp den andra likt *claritas* ljus i mörkret och kasta ljus på den andra människans värde genom att låta henne stiga upp i strålkastarljuset. Genom att låta den andra människan inta scenen kan människan själv ödmjukt, tack vare den integritet som kraftkällan ger, sätta sig på åskådarplatsen och i stället för att själv glänsa låta den andra få göra det och således möjliggöra växt. När kärleken höjer människan genom *caritas* likt den unika människa hon är kan hennes värdighet synliggöras så att hon inser sin värdighet och sitt eget värde som heligt. På så vis har kärleken verkat som en helig kraft som gör människan mänsklig och äkta, stärker hennes integritet och upphöjer henne själv men även andra i betydelsen att hon och andra förmår verka utifrån sin egen värdegrund, kärleken. Människan kan finna frid och våga hoppas genom den visshet som den abstrakta andra kan ge henne genom sin kärlek – när människan upplever den inre friden så kan hon även ana den evighet som finns inom varje människa. Således vågar hon tro att den abstrakta andras kärlek är en helande kraft som aldrig förgår. Då inser människan att för att denna evighet ska kunna växa inom varje människa och få träda fram i ljuset behövs näring, en näring av värme och kärlek samt en äkta gemenskap. Denna gemenskap odlar fram *ethos*. Då människan har upplevt denna evighet inom sig själv, känner hon igen den och vill att varje människa ska få lysa, på samma sätt som hon själv lyser. På detta vis blir det givet för henne att vilja tjäna den andra och därmed kan hon själv få uppleva denna evighet inom sig gång på gång. *Ethos och evighet sammanhör därför med hälsa.*

Utifrån denna studie kan man anta att människans, hälsans och livets *ethos* befinner sig i relation till varandra. Dessa skapar sinsemellan en dynamik som av människan kan uppfattas som en slags mystik. Gadamer⁶⁹⁷ gör ett försök att förstå mer av hälsa genom att tala om ”den gåtfulla hälsan”, och även Antonovsky⁶⁹⁸ rör sig inom samma spänningsfält och dryftar detta när han skriver om ”hälsans mysterium”. Min studie har tagit ett steg framåt för att visa hur mysteriet gällande människans hälsa kunde förstås i ljuset av livet självt och människans existentiella livsvillkor och dimensioner. Resultatet visar att människans och hälsans *ethos* har samma grundsubstans, dvs. tro, hopp och kärlek.

⁶⁹⁷ Antonovsky (1991; 1993).

⁶⁹⁸ Gadamer (1996; 2003).

Livets ethos har en djupare dignitet än de två förstnämnda och antas handla om evigheten (det mystiska eller det oändliga). *Livets ethos, evigheten, kunde därför sägas utgöra en urkälla till kraft*, men som i sig inte är kraftgivande för människan om inte kärleken jämsides är aktiv. Samtidigt utgör evigheten kärlekens möjlighet att utgöra en urkraft som kraftkälla (vilken inte förgår eftersom evigheten alltid finns kvar som en evinnerlig kraftgivande enhet). Men kärleken är alltings kraftkälla då den binder det eviga och det timliga och då kan kraft skapas för människan. Från urkällan utgår således människans och hälsans ethos (kraftkällan) som utgörs av tro, hopp och kärlek. Beträffande dessas inbördes relation äger kärleken den högsta digniteten. Kärleken utgör därmed människans och hälsans ethos och kraftkälla, medan tron och hoppet sammanbinds till kärleken genom en treenighet, som tillsammans skapar förutsättning för kraftkällans vara. Kärleken (kraftkällan) utgör förutsättning för människans vara. Hälsa kan därmed sägas utgöra människans naturliga form. Tillägnelse av kraftkällan sker när livet blir människans hem. Källans vara utgör förutsättning för människans vara. Kärleken föregår därmed människan. Kärleken är starkare än människan.

Människan som har tillägnat sig kraftkällan, dvs. har kontakt med kärleken och heligheten från den abstrakta andra, är mer sig själv och därmed mer mänsklig. Hon är således mera levande, närvarande och har större förmåga att lida, älska och glädjas samt se det vackra i livet.⁶⁹⁹ Både det goda och det onda kan skaka om människan. Men måste människan ha genomgått lidande för att vara verkligt levande?⁷⁰⁰ Förstår människan livet, sin existens och evigheten först efter att hon vandrat ensam i ett mörker, ett lidande? ”Framstår livet i ljuset av döden på nytt som skönt och värt att leva, vårda och utveckla?”⁷⁰¹ Min studie utgår även från att en människa som genomlevt ett lidande kan erhålla kraft och nå en djupare förståelse av livet. Hon förmår sätta sina egna gränser tydligare och vågar stå för sin egen värdegrund men har samtidigt en ickefördomande attityd gentemot sina medmänniskor, vilket inbegriper en större acceptans för andra. Människan tar

⁶⁹⁹ Jfr ”...hoppet sviker oss inte, ty Guds kärlek har ingjutits i våra hjärtan genom att han har gett oss den heliga anden.” (Rom 5:3–5) och Merton (1963, 32): ”Helighet är alltså inte en fråga om att vara *mindre* mänsklig, utan mer mänsklig än andra, med större förmåga till omtanke, lidande, förståelse, medkänsla, och även till humor, glädje, uppskattning av det goda och vackra i livet.”

⁷⁰⁰ Jfr Arman & Rehnfeldt (2003).

⁷⁰¹ Arman & Rehnfeldt (2003, 110) skriver utgående från den franska filosofen Lévinas att människan kan fungera som ett vittnesbörd om det oändliga när hon genom sin hållning av ansvar är till för sin medmänniska och framstår som ett vittne om någonting högre.

ingenting för givet. Hon värdesätter inte status eller ytliga ting. Livet självt är meningen och det är det som ger kraft.

Den nya förståelsen i min studie har gett anledning till revidering, omskrivning och förtydliganden i form av tillägg av både axiom, teser⁷⁰² och en grundtes av Eriksson (se bilaga 8). Min studie ger förslag till ändringar i ursprungsteorin genom att visa hur några axiom utifrån den nya förståelsen som min studie utmynnat i kunde förstås och revideras genom omskrivningar.

Inledningsvis gör min studie anspråk på att revidera och omforma Erikssons grundtes om att hälsans substans är tro, hopp och kärlek, eftersom studien visar att *det är kärleken som utgör substansen i hälsa* och att tro och hopp inte äger en lika djup dignitet som kärleken. Förslag till den reviderade och omskrivna tesen lyder därför enligt följande: *Hälsans substans är kärleken. Tro och hopp utgör förutsättningar för tillägnandet av kärlek. Tro och hopp är förutsättningar för att upptäcka källan för att människan ska kunna tillägna sig den.*

I den inledande beskrivningen av det teoretiska perspektivet gör jag gällande att det finns frågetecken angående relationen mellan axiom: nr 7 *”Hälsa är mer än frånvaro av sjukdom. Hälsa innebär helhet och helighet”* och axiom nr 8 *”Människan lever i en verklighet som bär mysteriets, oändlighetens och evighetens kännetecken”*.⁷⁰³ Tanken var att låta dessa axiom gå i dialog med varandra, för att möjligen nå en djupare förståelse av hälsa. Att se på axiomen i relation till varandra har varit väldigt fruktbar. Genom axiomens dynamiska dialog förs därför förslag till revidering av axiom nr 4 och nr 7 fram, liksom förtydliganden av axiom nr 6 och 8 genom tillägg. Förtydliganden till axiom görs därtill genom tillägg. Ett förtydligande av tes nr 5 gjordes genom tillägg och därtill formades en helt ny tes genom att sammanväva förståelsen utifrån axiom nr 3 och nr 7 samt tes nr 5.

Genom att återknyta till att spegla förståelse utifrån axiom nr 7 och nr 8 kan antas att människan trots lidande kan uppleva hälsa. När människan har tillägnat sig kraftkällan har hon därigenom ett förbund med urkällan. Denna urkälla handlar om evigheten, genom vilken människan kan tillägnat sig evighetens perspektiv.

⁷⁰² Lindström et al. (2014, 197).

⁷⁰³ Lindström et al. (2014, 197).

Genom detta perspektiv kan hon se bortom det timliga (sitt lidande) och i stället återknyta till sin egen helighet genom evigheten som gör att hon kan se kärleken till livet och en mening utöver det närvarande. Människan kan på detta vis glädjas och älska bara genom det faktum att livet existerar vilket t.ex. innefattar glädje för någon annans skull. Man kunde påstå att hälsa som helhet endast omfattar människan som hälsa och då hon inte är lidande. "Hälsa som enhet" avser att människans hälsa även kan innebära att hon har lidande, men samtidigt kan uppleva hälsa som enhet. Genom detta kan hon erfara sin helighet och sitt förbund med den eviga, och fördolda kraftkällan, livet, som innebär ett mysterium med oändliga möjligheter.

Denna studie har gett upphov till nya tankar gällande axiomet om gemenskapens väsen som lyder: *Gemenskap är grunden för allt mänskligt liv. Människan är i grunden interrelaterad till en abstrakt och konkret annan i gemenskap*⁷⁰⁴. Det reviderade förslaget till axiom med förtydliganden genom tillägg lyder: *Kärleken är grunden för allt mänskligt liv och för gemenskap. Människan är förbunden med den abstrakta andra, den första kärleken*⁷⁰⁵, vilket utgör hennes väsen och är grunden för gemenskap med en konkret annan, självet och naturen. Kärleken är starkare än människan. Tillägnet av människans kraftkälla, kärleken, sker genom förmedling av partikulära källor⁷⁰⁶, t.ex. genom naturen, en konkret annan eller sig själv. När människan ger kärlek och älskar kan hon tillägna sig kraft.

Förslag framläggs, genom min studie, även till ett förtydligande av den andra delen i axiomet om lidande: *Lidande är en oskiljaktig del av livet. Lidande och hälsa utgör varandras förutsättning*⁷⁰⁷. Förtydligandet av den senare delen kunde formuleras med ett tillägg enligt följande: *Lidandet kan öppna för människans vardande rörelse i hälsa.*

Denna studie har även gett upphov till ny förståelse och därför förslag till revidering och omskrivning av axiomet *Hälsa är mer än frånvaro av sjukdom.*

⁷⁰⁴ Lindström et al. (2014, 197).

⁷⁰⁵ Här avses i denna studie en universell urkälla.

⁷⁰⁶ Jag utgår här från att dessa partikulära källor antas vara personliga och kan utgöras av sådant som människan själv upplever ger kraft i vardagen, vilket innebär att naturen, den konkreta andra eller människan själv endast utgör exempel på sådana källor.

⁷⁰⁷ Lindström et al. (2014, 197).

*Hälsa innebär helhet och helighet*⁷⁰⁸. Min studie har belyst att människan genom tillägnande av kraftkällan blir mer än summan av delarna, eftersom hon genom sin visshet om förbundet med evigheten och genom att utöva sitt mänskliga ämbete (genom sina goda handlingar då hon lever genom den första kärleken) utifrån tanken om kärleken till nästan blir *en enhet* (i sig själv) vilket substansmässigt antas utgöra mer än en helhet⁷⁰⁹. Förslag till revidering och omskrivning av den andra delen i tesen framförs därför här enligt följande: *Hälsa är människans naturliga form. Hälsa innebär enhet och helighet. Det heliga och eviga skapar enhet. Att axiomat ovan kunde ta in begreppet "enhet" stärks av att enhet finns i tesen om hälsa: Hälsa innebär en rörelse i vardande, varande och görande mot enhet och helighet, vilket är förenligt med uthärdligt lidande. Ett tillägg till detta kunde vara: Lidandet kan uppväcka den inre längtan som skapar rörelsen. Lidandet är avgörande för vändningen mot ett vardande i hälsa. Vardandet förutsätter en samtida rörelse där människan utövar sitt mänskliga ämbete genom att älska nästan (dvs. älskar och ger kärlek genom konkreta handlingar).*

Denna studie har visat på att axiomat om människans verklighet har stark anknytning till axiomat om hälsa. Axiomat om människan och hennes verklighet lyder *Människan lever i en verklighet som bär mysteriets, oändlighetens och evighetens kännetecken*⁷¹⁰. Min studie har visat hur denna verklighet av mystik, oändlighet och evighet formar och utgör den fördolda och eviga urkällan till kraft, vars kraft utgörs av kärleken. Förståelsen i min studie visar att *livet* som fenomen har en ontologisk karaktär. Detta manar till att lyfta in *livet* även i axiomen. Detta kan även motiveras eftersom *livet* avspeglar samma ontologiska grund som axiomen om *människan, hälsan och lidandet*⁷¹¹. Därmed kunde axiomat förtydligas genom följande tillägg, för att nyansera förståelsen ytterligare: *Människan lever i en verklighet som bär mysteriets, oändlighetens och evighetens kännetecken, där livet självt utgör hennes hem.*

⁷⁰⁸ Lindström et al. (2014, 197).

⁷⁰⁹ "Hälsa innebär en rörelse i vardande, varande och görande mot enhet och helighet, vilket är förenligt med uthärdligt lidande" (Lindström et al., 2014, 197); Jfr Wärnå (2002) skriver att i det är i det inre rummet där människans enhet och helighet kan återupptäckas.

⁷¹⁰ Lindström et al. (2014, 197).

⁷¹¹ Jfr Lindholm (1998).

Slutresultatet i studien kan kortfattat uppsummeras som att hälsans ethos (hälsans substans) och människans ethos har samma grundsubstans. Människans kraftkälla är kärleken. *Livet självt utgör och skapar källan som genom sitt förbund med evighetens urkraft genererar kraft utifrån vilken människans kraftkälla, kärleken får sin eviga kraft.* När livet självt ges rum att träda fram och bli synligt samt evident för människan trots lidande kan det skapa grogrund tillägnelse av kraft ur hälsans inre rum⁷¹². Människans kraftkälla, kärleken, som förenar det timliga och evigheten, ger människan tro och hopp. Kärleken är starkare än människan. Tro och hopp sätter hälsan i rörelse inom människan så att hon vågar tro och hoppas på kärlekens kraft efter att hon speglar det partikulära mot det universella. I detta möte kan människan igenkänna den universella mening av gemenskap som skänker glädje och frid. Men det är otillräckligt att tro och hoppas på kärleken för att hälsan ska sättas i rörelse så att människan ska komma i vardande. Först när hon vilar i varandet och får möjlighet att ”utföra kärlekens görande” mot nästan kommer kärlekens krafter att vara i rörelse och hon förmår tillägna sig kraft ur källan. Människan kan få vila och lindring i lidandet och ny kraft att varda i hälsa genom att vila i varandet och i stället själv vara aktiv och göra kärlekens *görande* mot nästan. Det är befriande att själv få vara aktiv och ge någon kärlek trots ett eget lidande. Kärleken som kraftkälla har möjlighet att komma in i människan och göra hennes ethos verksamt. Människan har då tillträtt sitt mänskliga ämbete och upplever gemenskap (i universell mening) så att hon kan älska, eftersom hon har sitt hem i livet självt. Då utövar människan sitt mänskliga ämbete och hennes väsen är således i rörelse, dvs. kontakten med kärlekens källa med sitt fäste i evigheten är anknuten. Hälsa kan förstås endast i ljuset av *livet*, där döden utgör en ofrånkomlig del. Människan har genom sitt förbund med evigheten möjlighet att tillägna sig förnyad kraft ur livets egen källa, kärleken. Livets väsen träder genom kärlekens kraft i förgrunden, och blir bestämmande för människans mål och mening. *Min studie bestyrker och beskriver således förståelsen av det sätt på vilket ethos, evighet och människans existentiella och universella dimensioner hör samman med hälsa.*

Denna studie manar till fortsatt forskning om människans hälsa och lidande samt hälsofrämjande aspekter som kan bidra till ökad förståelse och i förlängningen ett lindrat lidande som kan tjäna den lidande människan. Beträffande fortsatt

⁷¹² Jfr Söderlund, 2004.

forskning kunde inom det kliniska och kontextuella fältet göras fortsatta studier gällande etiska och kraftgivande vårdkulturer och organisationer som kunde tjäna människans hälsa och lindra lidande. Inför resultatet i denna studie upplever jag det som en plikt och ett ansvar att tradera vidare denna förståelse genom undervisning och spridning av den även genom utformandet av vetenskapliga artiklar.

För min del, sätter jag punkt här⁷¹³. Jag tar en välförtjänt paus från resandet och stannar till vid vägkanten för att betrakta min färd. Jag kan konstatera:⁷¹⁴ Hälsans mysterium har jag inte lyckats fånga (det företaget ter sig omöjligt)⁷¹⁵. Men jag kom en god bit på väg, och jag är tillfreds om jag lyckats fånga in några nya nyanser av hur man *kunde* förstå hälsans väsen. Jämsides med sökandet efter det sanningslika och svaren på studiens frågor har inte bara förståelsen av hälsa antagit en ny, fördjupad eller en annorlunda form, utan många nya tankar har även börjat gro. De nya frågor som studien öppnat för kan ge rörelse och riktning för en annan resa. Hälsans innersta väsen förblir i det fördolda. En del fenomen ska inte infångas därför att de helt enkelt inte *kan* infångas, och till deras väsen hör att de borde tillåtas vara hemliga, dolda och ofångade. Allt kan inte behärskas eller kontrolleras, och människan kunde må gott av att ibland nöja sig med att lämna vissa saker oavslutade⁷¹⁶. Oändligt är resandet och lärandet, och det är som sig bör⁷¹⁷. Hela livet är och förblir ouppklarat.

⁷¹³ Samtidigt kunde jag, med glimten i ögat, lika väl sätta ett litet kommatecken inför eventuella framtida utmaningar i forskningssammanhang.

⁷¹⁴ Fritt tolkat utifrån Wikströms (2007) uttalande.

⁷¹⁵ Som jag tidigare i denna studie uttryckt har jag aldrig gjort anspråk på att min förståelse ska vara definitiv och på något sätt slutgiltig eller fullständigt uttömmande.

⁷¹⁶ Jfr Wikström (2007): Vid närmare eftertanke kunde kanske därför vissa kapitel med rätta även få vara oavslutade.

⁷¹⁷ Jfr Tranströmer (1989) ur diktsamlingen *För levande och döda*: "Några ljuslägor fladdrade. En ängel utan ansikte omfamnade mig och viskade genom hela kroppen: Skäms inte för att du är människa, var stolt! Inne i dig öppnar sig valv bakom valv oändligt. Du blir aldrig färdig, och det är som det skall."

Allt är bara en fortsättning –
ingen början och inget slut,
Korta pauser
av ljus och liv,
där människan
lever i en oändlig ström
och lyssnar till universums
eviga brus.

J. Hemberg, 2015

Summary

The source of life, love – health’s primordial wellspring of strength

Introduction

The purpose of the present dissertation is to uncover a new understanding as well as to deepen and attain a more nuanced understanding of the ethos of health (the essence of health) by penetrating to the core of what gives the human being the strength of becoming in health. The context is health promotion and the study focuses on the movement of the human being’s source of strength to experience a becoming in health through exploring the power of the human being’s source of strength. The research questions are as follows: 1) What is the human being’s source of strength? and 2) What reveals the source of strength so that the human being can perceive it and dedicate its strength in order to experience a becoming in health?

The theoretical perspective of this thesis is based on Katie Eriksson’s caritative theory as part of the caring science tradition. In this tradition, the human being is placed at the centre of everything and seen as a unity of body, soul and spirit. According to this caring tradition, the human being is unique and holy and therefore viewed as inviolable. The fundamental idea of this caring theory consists of love and compassion which in turn involve the alleviation of human suffering and the serving of life and health. From the perspective of ethos, which constitutes the core (heart) within the human being, and therefore, through love and compassion, which also represent the motive of *caritas* (since the core of ethos consists of these), the human being’s dignity and value are safeguarded through a view of the human being as holy and inviolable. Ethos refers to “home” and is concerned with the good life where the human being feels at home⁷¹⁸. Home means safety⁷¹⁹ and strength but also shelter and a place to rest. In this home, one can feel safe and secure enough to be one’s innermost self. In the community of home, ethical values and ideals are shaped because this is the human being’s own space. This home reveals that ethos entails “a fundamental value” which refers to

⁷¹⁸ Eriksson & Lindström (2003).

⁷¹⁹ Cf. Hilli (2007).

the fundamental hierarchy of values. Ethos can also be perceived as a tone or melody that enables us to see the eternal and the holy dimension⁷²⁰. This pre-understanding of the researcher of this doctoral thesis originates in the research tradition developed at the Department of Caring Science at Åbo Akademi University. This pre-understanding derives from the assumption that ethos is the fundamental basis for the human being's source of strength and that we must take it into consideration in order to increase our understanding of it.

Literature review

National and international studies indicate that the human being possesses an internal strength for health. Possession of an inner strength is described as a feeling of satisfaction, a sense of being at home and at ease within oneself and of simultaneously staying the same as well as growing towards new patterns, of feeling secure and taking responsibility for oneself and others. This inner strength involves having a positive outlook on life and believing in one's possibilities of making choices and influencing the future in a perceptible direction as well as being able to deal with difficulties. Having inner strength also entails a sense of belonging to family, friends, society, nature and spiritual dimensions. Moreover, it also means that a spiritual experience may set it in motion and that this strength in itself is of an intrinsically holy nature. How the human being chooses to think, having a positive outlook, and choosing active strategies as well as using social support, is crucial for the dedication of this source of strength, since these are the fundamental pillars upon which inner strength rests. The fundamental ingredient for the promotion and preservation of inner strength consists of a form of communion in a concrete or abstract meaning.

Having a meaning in life reinforces this strength for health. The presence of family and friends and the strength that this communion brings confirm a human being's inner longing for love (both for giving and receiving love) and dignity. When this inner longing is met the human being experiences vitality through meaning in life. This communion creates a contact with the holy dimension shared by the human being, in other words with goodness, light, joy, beauty and life. The inner longing for love is also concerned with the human being's longing for the possibility of

⁷²⁰ Eriksson & Lindström (2003) refer to Marc-Wogau.

being able to give love. Faith and hope give the human being strength to experience a becoming in health. According to Chao et al. (2002), who refer to Carson, faith can give a human being the ability to shape and preserve meaning in life. Faith and spirituality allows for a dedication of strength. When a human being preserves meaning in life and has a positive outlook on life a belief in moving forward is possible. Belief in one's own strength and belief in an abstract other that is available, responsive and benevolent can provide one with a profound source of strength and a fundamental experience of meaning and connection despite suffering. The concrete and the abstract other can therefore generate an experience of genuine communion in love that provides faith, which in turn gives strength. Also hope is described as giving strength. Kelley and Chan (2012)⁷²¹ write that hope is not the belief that something will turn out beneficially but an inner certainty that something has a meaning regardless of outcome. According to Chao et al. (2012), who refer to Carson, human hope of the earthly kind will not give real comfort against disappointments whereas hope of the eternal kind offers a healthy perspective so that the human being is held up by sources of peace and happiness. Hope can, therefore, be orientated against goals, actions and relations with an abstract other.

Some studies⁷²² indicate that spirituality and living near death can open up new dimensions for achieving meaning and vitality in life. Spirituality here refers to a mutual communion in a concrete or an abstract sense. Spirituality also entails forgiveness, to forgive and be forgiven as well as attaining reciprocal communion with nature, where beauty is animated by the spiritual dimension. Life's ultimate meaning, the encounter with suffering and death, represents a path to existential awakening.

Methodology and method

The study uses a hermeneutic approach according to Gadamer (1994, 1997). The pre-understanding of the researcher along with the hermeneutical approach as well as the background of the study allowed for a new envisioning on the path to unfolding the human being's source of strength through the perspective of ethos.

⁷²¹ The authors refer to Havel.

⁷²² E.g. Strang & Strang (2001) and Tibus & de Souza (2011).

The material used for creating the proposed nuanced and different understanding of the ethos of health consists of: 1) literary texts⁷²³ 2) texts from focused interviews with respondents who have lived through difficult personal suffering and who have moved on to becoming in health. The method used in this three-part study consists of hermeneutical readings of texts (see figure 1).

Ethical considerations

The purpose of this dissertation includes an ethical responsibility to contribute with a new or deeper understanding of health and health promotion within caring science, which, in turn, may increase the understanding of the ethos of health, that is, the innermost core of health. This study includes research material such as literary work and consequently requires the greatest humbleness and respect towards the authors. This means that the texts or the meaning in them should not be misused in any way. The researcher has always proceeded ethically⁷²⁴ and preserved the sanctity and dignity of the human being throughout the search for knowledge and understanding.

Life, health and the suffering of the human being are constituted in such a way that much of it remains hidden and kept secret; the human being can never fully understand it. For a researcher, this insight is crucial because it represents a prerequisite for an encounter with the holiness and sanctity of life in a considerate manner that also paves the way for an interpretation of its conditions. In addition, it indicates respect for those parts that are impenetrable, *both as regards the theory itself and particularly regarding the encounter with the respondents*, which requires a protected zone free from observation by other people.

The present dissertation also includes focused interviews with respondents that have lived through personal suffering and regained health and strength: in other words, they have gone from suffering to becoming in health. There are risks with conducting studies where human beings that have been or are in a state of suffering participate. When having moved in their reality and interviewed the respondents as a researcher I have seen it as my ethical responsibility towards them

⁷²³ *Kärlekens gärningar* (1847) by Kierkegaard and *Det bländande mörkret* by Wikström.

⁷²⁴ Eriksson & Lindström (2000); Eriksson (2001).

not to add to their suffering, but, if possible, to alleviate some of it by sharing through dialogue. Seen from an ethical perspective, I find it defensible to carry out this study because it might reasonably entail an alleviation of suffering for those who put their experiences into words and share it with others. The respondents participating in this study have been treated with greatest respect and honour for the purpose of preserving their dignity throughout the whole research process. The respondents have given their informed consent, and the research in this doctoral thesis follows The Finnish National Advisory Board on Research Ethics⁷²⁵. Permission to conduct the empirical part of the study was granted by the ethical committee of Åbo Akademi University.

Results

The result uncovered love (with its origin in eternity) as the basis and source of strength of everything; love represents the core of life. The source of strength is viewed as the abstract other, in other words, the Creator. The substance of health is love, which through the trinity of faith, hope and love also has faith and hope instilled. Love has a deeper dignity than faith and hope, but they are always simultaneously present, which, in turn, is also a prerequisite for the existence of the source of strength (see figure 1):

⁷²⁵ "Forskningsetiska delegationen", (2002; 2009 & 2012).

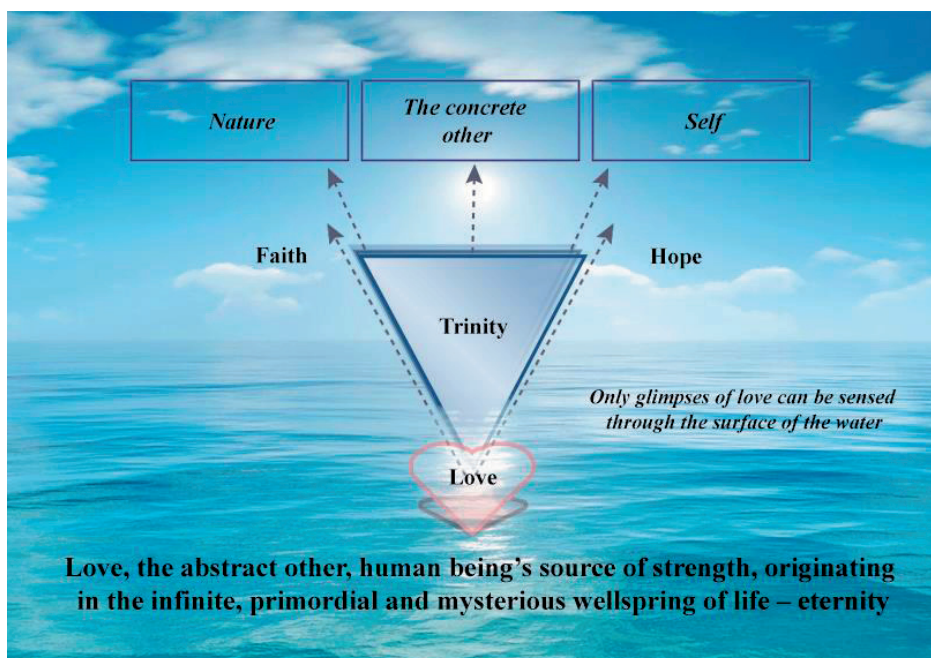


Figure 1. The human being's source of strength

Love is the unifying link between temporality and eternity. Love is stronger than the human being. Love is allied to eternity (the universal dimension of life), and through this reflection the human being's suffering in the temporal, earthly dimension of life can be alleviated. In eternity, one can become one's true self (the self one was intended to be). This source of strength is the human being's true essence. The human being's inner longing entails an ontological attraction towards the source of strength because this strength constitutes the human being's legitimate home, the seat of the human being's inner room, ethos, towards which the human being is always drawn and feel strong and at home.

The essence of the source of strength is concealed for the human being but simultaneously revealed as a mystery. It is life itself that is always tangibly manifest albeit like a hidden, eternal and mystic wellspring of strength (owing to eternity). The concealment of the source represents strength. That which is concealed must be preserved as a sacred secret because it both represents and sustains its strength. The mystery of the source of strength is in contact with the darkness of suffering through which the human being comes into contact with this source.

The source of strength possesses the features of eternity (through its origins in it) and consequently represents an inexhaustible strength. Through the alliance between the source of strength and eternity, the human being is offered endless dignity and lasting peace. The perspective of eternity invokes love for one's neighbour. The source of strength is an active part in the life of the human being and calls the human being through the experience of beauty. The source of strength empowers but simultaneously makes demands. The path to the source of strength says something about the actual source of strength, namely that both have the same fundamental substance and prerequisites. In the presence of the source of strength, the human being experiences joy but also melancholy. The encounter with the mysterious and eternal source of strength lights up life. The source of strength implies a holy presence, the dedication of which entails the ability to establish a reconnection with an inner room of rest and peace. The source of strength provides inner certainty about a deeper existential companionship (to which the human being belongs) experienced as inner peace and which represents an inexhaustible source of joy and vitality.

The results also indicate that the path to the source of strength leads through darkness into light. Prerequisites for the experience of the source of strength include being in the darkness of one's own suffering. The darkness of suffering hides a secret that the human being can sense by means of solitude and stillness. The darkness of suffering signifies a gate to the source of strength that can be sensed through a complete enfoldment by the darkness. Through the darkness the human being comes into contact with the source of strength which is perceived through a divine, mystical experience. Life itself and its mystery evoke and reveal the source of strength, which is why it can be revealed in the darkness of suffering as well as in the light of joy. The human being's inner longing has an attraction towards the source of strength since it constitutes the human being's own legitimate home, ethos.

The dedication of its strength requires the courage to affirm the source of strength without fear, despite an awareness of present feelings of shame and guilt. To dedicate to oneself the source of strength requires the experience of freedom, willingness and courage. The source of strength unfolds and is revealed through beauty. It is present and active in a creative act even though it is concealed.

Creative acts liberate the human being for a dedication of strength, which is preceded by a holy presence where, through solitude, the human being becomes enraptured in a quiet “doing” in order to experience the beauty that testifies to the holy dimension. In this holy presence, the human being reconnects with an inner room of rest and peace. The dedication of the source of strength presupposes the entrance into the darkness of one’s own suffering and the complete enfoldment by it. The source of strength demands a sacrifice. The smallness and weakness of the human being are prerequisites for the dedication of strength. The dedication of the source of strength is primarily concerned with a universal but simultaneously personal experience of being received in communion. In the presence of the essence of life, love for one’s neighbour is awakened. Love for one’s neighbour simultaneously shows both the possibilities of the source of strength and the path to renewed strength. The source of strength is revealed to those who love.

The dedication of the source of strength requires an unobstructed alliance between the source of strength and eternity in the sense that the still forces of eternity move through the dark dimensions but through glimpses come through as a result of the human being’s own active service according to the human calling (the love of one’s neighbour), both giving and receiving in the light of love and joy. *Love is thereby fulfilled through action.* The source of strength fills the human being with a living force from within. The encounter with love’s primordial wellspring of strength confirms the human being’s value and allows for humbleness. The preservation of a humble fundamental attitude (consisting of contentment, respect for life and relating to life with awe) through keeping faith, hope and love holy is a fundamental precondition for the persistent dedication to oneself of vitality from the source of strength.

Discussion and further research

This dissertation’s contribution of knowledge lies in indicating that the source of strength represents the human being’s own inner strength, love. The source of strength presupposes the human being’s willingness and ability to choose a path in the sense of a humble belief in and hope for it. In other words, assuming the source of love and strength exists before it can be sensed and its strength dedicated. Love for one’s neighbour is the fundamental substance in the human being’s movement

of becoming in health. By presupposing love (the abstract other) and using this as a connecting link between temporality and eternity, that is, allowing the warmth from caritas and the light from claritas illuminate the temporal through the light of love, the human being is, through the dedication of the source of strength, given the possibility to catch a glimpse of eternity. This glimpse provides a strength that never completely leaves the human being.

A becoming in health without a doing cannot be identified as a becoming in health. *Through the tone and sound of ethos a union appears between suffering and health which makes it possible for the human being to experience joy and health even if suffering is present.* As a result of the dedication of ethos and the choice to hold on to it, the human being has the courage to cling to faith, hope and love in life regardless of outer circumstances. In the struggle to preserve dignity in suffering, the human being is able, through ethos, to experience a becoming in health towards unity and holiness. As a result of the assurance that the abstract other can bestow through love, the human being can find peace and begin to hope: the experience of inner peace also allows for a sense of eternity that exists within each human being. Consequently, the human being is able to believe that the love of the abstract other is a healing and profound strength that will never leave the human being who is then able to realize that nurture is needed in order for this eternity to grow from within and appear in the light. This nurture consists of warmth, love and genuine communion. This communion cultivates ethos. After having experienced this eternity within the human being recognizes it and wishes for every human being to shine in the same way as he himself or herself shines. Thus, it becomes natural for them to want to serve the other in order to experience this eternity and source of strength within over and over again. *Hence, ethos and eternity are connected with health.*

This dissertation suggests that we can assume that the ethos of the human being, the ethos of health and the ethos of life are connected with one another. The ethos of the human being and the ethos of health have the same fundamental substance and are expected to concern eternity (the mystic or the eternal dimension). The ethos of life, eternity, which is a wellspring of strength, is not in itself strength-giving unless it is allied with love. At the same time, eternity allows for love to be a primordial wellspring of strength (this is because eternity is always present as an

eternal strength-giving unity). But love is the source of strength for everything as it unites the eternal and the temporal. In this way, strength can be created for the human being. The ethos of the human being and the ethos of health (the source of strength) therefore proceed from this wellspring of strength, which in turn is composed of faith, hope and love. Love is the most powerful of these entities. Therefore, love is the ethos and source of strength of both the human being and health, whilst faith and hope unite with love through a trinity which creates the possibilities for the existence of the source of strength.

The substance of health is love (infused with faith and hope, which are not as powerful as love). Faith and hope are preconditions for the dedication of love. Health is the human being's natural form. Health can be understood in the light of life, of which death is an inevitable part. Health means unity and holiness. Holiness creates unity. Health entails a movement in becoming, being and doing towards unity and holiness, which is compatible with endurable suffering. Suffering can awaken the inner longing that creates this movement. Life itself determines the human being's becoming in health. Becoming in health presupposes a simultaneous movement in which the human being practices the human calling through loving one's neighbours (which means loving and giving love through concrete actions) through one's ethos. When life emerges in the foreground and becomes the home of the human being, a dedication of the power of love is possible.

The ethos of health (the substance of health) and the ethos of the human being have the same fundamental substance. The human being's source of strength is love. Life itself constitutes and creates the source which, through its alliance with eternity's primordial wellspring of strength, generates strength from which the source of strength, love, receives its eternal fervour. The human being's source of strength, love, which unites the temporal (the temporal dimension) and eternity (the eternal dimension) brings faith and hope. Faith and hope sets health into motion. In turn, after having reflected the particular against the universal and recognized in this encounter the universal meaning of communion that bestows eternal joy and peace, the human being has the courage to believe in and hope for the power of love. But believing and hoping is not enough for setting health into motion and becoming in health. It is only when one rests in "being" and has the

opportunity of “doing”, or loving one’s neighbour that the power of love will be set in motion and one is able to dedicate the strength of the source to oneself. Through resting in being and instead being active by “doing”, that is, giving love to one’s neighbour, one is able to rest and find alleviation in one’s suffering and new strength to experience a becoming in health. To be able to actively give love to somebody despite the presence of one’s own suffering is liberating. This is because one then practices one’s human calling and innermost essence which are then set in motion and whereby the alliance with ethos is established. *Thus, this thesis verifies and describes the understanding of the way in which ethos and eternity are interconnected with health.*

The present dissertation has shown that the axiom of the human being’s reality (“The human being lives in a reality that bears the features of mystery, infinity and eternity⁷²⁶”) is strongly connected with the axiom of health. This dissertation has also demonstrated how this reality of mystery, infinity and eternity creates and represents the hidden, eternal wellspring of strength, whose force is composed by love. Therefore, the claim is put forth that the human being’s reality, which bears the features of mystery, infinity and eternity, creates and reinforces the connection with love (the Creator), which, in turn, represents their wellspring of strength. Love is more powerful than the human being.

The present study suggests a clarification of the latter part of the axiom concerning suffering: *“Suffering is an inseparable part of life. Suffering and health constitute each other’s prerequisites.”*⁷²⁷ A clarification of the latter part could be formulated in the following way: *“Suffering can open up the human being’s movement of becoming in health.”* Finally, the present dissertation has also given rise to new thoughts as regards the essence of communion: *“Communion is the basis for all human life. The human being is interconnected with an abstract and concrete other in Communion.”*⁷²⁸ The proposal for a renewed axiom is as follows: *“Love is the fundamental basis for all human life and for Communion. The human being is interconnected with an abstract other, the first love,⁷²⁹ which constitutes her inner core and is the fundamental basis for Communion with a concrete other, the self and*

⁷²⁶ Lindström et al. (2010, 197).

⁷²⁷ Lindström et al. (2010, 197).

⁷²⁸ Lindström et al. (2010, 197).

⁷²⁹ This refers to a universal and ontological wellspring of strength.

nature” In addition to the above-mentioned rewritten axiom, a new thesis could be formulated: “Dedication of the power of love can occur through the mediation of particular sources,⁷³⁰ for example through nature, a concrete other or oneself. Through giving love and through loving, a dedication of this strength becomes possible.”

This dissertation calls upon further research on the health and suffering of the human being as well as on aspects that can contribute to additional understandings, and by extension, alleviated suffering, for the purpose of serving the suffering human being. Further research can be undertaken within the clinical and contextual field on ethical and strength-giving caring cultures and organizations which could serve human beings’ health and alleviate suffering. The researcher (of this doctoral thesis) sees it as her duty and ethical responsibility to pass on this new understanding through teaching and through spreading the results through writing scientific articles for publication.

⁷³⁰ These particular sources can be personal and may consist of that which the human being himself or herself feels gives him or her strength in daily life and include nature, the concrete other or the self.

REFERENSER

Ahlberg, A. & Regnéll, H. 1974. *Filosofiskt lexikon*. Bokförlaget Natur och Kultur, Uppsala.

Alpers, L-M., Helseth, S. & Bergbom I. 2012. Experiences of inner strength in critically ill patients – A hermeneutical approach. *Intensive and Critical Care Nursing*, 28(3), 150–158.

Alvesson, M. & Sköldberg, K. 1994. *Tolkning och reflektion. Vetenskapsteori och kvalitativ metod*. Studentlitteratur, Lund.

Amour, M. 2003. Meaning Making in the Aftermath of Homicide. *Death Studies*, 27(6), 519–540.

Antonovsky, A. 1991. *Hälsans mysterium*. Natur och Kultur, Stockholm.

Antonovsky, A. 1993. The Structure and Properties of the Sense of Coherence Scale. *Social Science and Medicine*, 36(6), 725–733.

Arman, M. & Rehnsfeldt, A. 2007. The 'little extra' that alleviates suffering. *Nursing Ethics*, 14(3), 372–386.

Arman, M. & Rehnsfeldt, A. 2011. *Vårdande som lindrar lidande. Etik i vårdandet*. Liber, Stockholm.

Arman, M., Hammarqvist, A-S & Rehnsfeldt, A. 2011. Burnout as an existential deficiency – lived experiences of burnout sufferers. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 25(2), 294–302.

Arman, M. 2003. *Lidande och existens i patientens värld. Kvinnors upplevelser av att leva med bröstcancer*. Doktorsavhandling. Åbo Akademi, Vasa.

Bibeln, 1960. Almqvist & Wiksell, Uppsala.

Björk, M., Wiebe T., Hallström I. 2005. Striving to survive: families' lived experiences when a child is diagnosed with cancer. *Journal of Pediatric Oncological Nursing*, 22(5), 265–275.

Bruce, A., Schreiber, R., Petrovskaya, O. & Boston, P. 2011. Longing for ground in a ground(less) world: a qualitative inquiry of existential suffering. *Bio Med Central Nursing*, 10(2), 1–9.

- Büssing, A., Balzat, H. J. & Heusser, P. 2010. Spiritual needs of patients with chronic pain diseases and cancer – validation of the spiritual needs questionnaire. *European Journal of Medical Research*, 15(6), 266–273.
- Büssing, A., Michalsen, A. Balzat H. J., Grünther R. A., Ostermann T., Neugebauer E. A. & Matthiessen P. F. 2009. Are spirituality and religiosity resources for patients with chronic pain conditions? *Pain Medicine*, 10(2), 327–339.
- Büssing, A. och Koenig, H. G. 2010. Spiritual Needs of Patients with Chronic Diseases. *Religions*, 1(1), 18–27.
- Buber, M. 1985. *Jag och Du*. (Originalalets titel: Ich und Du, utkom 1923. Övers. Norell, M. & Norell C.) Petra Bokförlag, Stockholm.
- Bøttern, E. P. & Lindström U. Å. 1999. *Kärlekens väsen i Søren Kierkegaards ljus. En hermeneutisk studie ur ett vårdvetenskapligt perspektiv*. Rapporter 2: 1999. Åbo Akademi, Institutionen för vårdvetenskap.
- Carson, 1989. *Spiritual Dimensions of Nursing Practice*. Philadelphia.
- Chao, C-S., Chen C-H. & Yean M. 2002. The Essence of Spirituality of Terminally Ill Patients. *Journal of Nursing Research*, 10(4), 237–245.
- Chen, P. Y. & Chang, H. C. 2012. The coping process of patients with cancer. *European Journal of Oncology Nursing*, 16(1), 10–16.
- Coulehan, J. 2011. "Deep hope: A song without words". *Theoretical medicine and bioethics*, 32(3), 143–160.
- De Bary, T. & Watson, B. 1960. *Sources of Chinese Tradition*. Columbia University Press, New York.
- Dingley, C. E., Roux, G., & Bush, H. A. 2000. Inner strength: A concept analysis. *Journal of Theory Construction and Testing*, 4(2), 30–35.
- Edlund, M. 2002. Vårdighet i ett kliniskt perspektiv. I: Eriksson, K. & Lindström, U. Å., red. *Gryning II. Klinisk vårdvetenskap*. Åbo Akademi. Institutionen för vårdvetenskap, Vasa, 123–132.
- Elmir, R., Jackson, D., Beale, B & Schmied, V. 2010. Against all odds: Australian women's experiences of recovery from breast cancer. *Journal of Clinical Nursing*, 27(19), 2531–2538.
- Erikson, E.H. 1985. *Den fullbordade livscykeln*. Natur och Kultur, Stockholm.

Eriksson, G. & Frängsmyr, T. 1987. *Idéhistoriens huvudlinjer*. Wahlström & Widstrand, Stockholm.

Eriksson, K. 1987. *Pausen. En beskrivning av vårdvetenskapens kunskapsobjekt*. Almqvist & Wiksell, Stockholm.

Eriksson, K. 1987a. *Vårdandets idé*. Norstedts Förlag AB, Stockholm.

Eriksson, K. 1988. Vårdandets idé och ursprung. I: *Panakeia. Vårdvetenskaplig årsbok*. Almqvist & Wiksell, Göteborg, 17–35.

Eriksson, 1989. *Hälsans idé*. Liber AB. Almqvist & Wiksell, Stockholm.

Eriksson, K. 1990. *Pro caritate. En lägesbestämning av caritativ vård*. Vårdforskning 2/1990. Institutionen för vårdvetenskap, Åbo Akademi, Vasa.

Eriksson, K. 1992. *Broar. Introduktion i vårdvetenskaplig metod*. Åbo Akademi, Institutionen för vårdvetenskap, Vasa.

Eriksson, K., (red.) 1993. *Möten med lidanden*. Vårdforskning 4. Åbo Akademi, Institutionen för vårdvetenskap, Vasa.

Eriksson, K. 1994. *Den lidande människan*. Liber Utbildning, Arlöv.

Eriksson, K. (red) 1995. *Mot en caritativ vårdetik*. Vårdforskning 5/1995. Åbo Akademi. Institutionen för vårdvetenskap, Vasa, 9–36.

Eriksson, K. 1995. *Vårdandets idé*. Liber Utbildning AB, Stockholm.

Eriksson, K. 1996. *Hälsans idé*. Almqvist & Wiksell, Stockholm.

Eriksson, K. 1998. Hälsans tragedi. *Finsk Tidskrift*, 10, 590–599.

Eriksson, K. 2000. *Hälsans idé*. Almqvist & Wiksell, Stockholm.

Eriksson, K. 2001. *Vårdvetenskap som akademisk disciplin*. Vårdforskning 7/2001. Åbo Akademi. Institutionen för vårdvetenskap, Vasa.

Eriksson, K. 2009a. Evidens – det sanna, det sköna, det goda och det eviga. I: Martinsen, K. & Eriksson, K. Red. *Å se og Å innse. Om ulike former for evidens*, Akribes AS, Oslo, 35–80.

Eriksson, K. 2010a. Se människan! Artikel om människan ur en vårdvetenskaplig synvinkel. Hämtad från Sigtunastiftelsens webbplats 6.12.2014 på internetadressen: http://www.sigtunastiftelsen.se/filer/K_Eriksson_Se_manniskan.pdf.

Eriksson, K. 2013. *Opublicerat material*. Muntlig föreläsning under forskarkurs. 26.4.2013, Åbo Akademi, Vasa.

Eriksson, K. (red.) & Barbosa da Silva, A. (red.) 1991. *Vårdteologi*. Vårdforskning 3. Åbo Akademi, Institutionen för vårdvetenskap, Vasa.

Eriksson, K., Bondas-Salonen, T., Herberts, S., Lindholm, L. & Matilainen, D. 1995. *Den mångdimensionella hälsan – verklighet och visioner*. Sjukvårdsdistriktets SKN och Åbo Akademi. Institutionen för vårdvetenskap, Vasa.

Eriksson, K. & Lindström U.Å. 2000. *Gryning. En vårdvetenskaplig antologi*. Åbo Akademi. Institutionen för vårdvetenskap, Vasa.

Eriksson, K. & Lindström U.Å. 2003. *Gryning II. Klinisk vårdvetenskap*. Åbo Akademi. Institutionen för vårdvetenskap, Vasa.

Eriksson, K. & Nordman, T. 2004. *Den trojanska hästen II. Utvecklandet av evidensbaserade vårdande kulturer*. Rapport 2. Institutionen för vårdvetenskap, Åbo Akademi, Vasa, Helsingfors och Nylands sjukvårdsdistrikt, Helsingfors.

Eriksson, M. 2007. *Unravelling the mystery of salutogenesis. The evidence base of the salutogenic research as measured by Antonovsky's Sense of Coherence Scale*. Folkhälsans Förbund r.f., Helsingfors.

Fagerström, L. 2010. Positive life orientation – an inner health resource among older people. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 24(2), 349–356.

Fletcher, P. C., Schneider, M. A., & Harry, R. J. 2001. How Do I Cope? Factors Affecting Mothers' Abilities to Cope With Pediatric Cancer. *Journal of Pediatric Oncology Nursing*, 27(5), 285–298.

Forskningsetiska delegationen, 2002. *God vetenskaplig praxis och handläggning av avvikelser från den*. Helsingfors, Finland.

Forskningsetiska delegationen, 2009. *Etiska principer för humanistisk, samhällsvetenskaplig och beteendevetenskaplig forskning och förslag om ordnande av etikprövning*. Helsingfors, Finland.

Forskningsetiska delegationen, 2012. *God vetenskaplig praxis och handläggning av misstankar om avvikelser från den i Finland – anvisningar och Modell till meritförteckning*. Helsingfors, Finland.

Frankl, V. E. 1986. *Livet måste ha en mening*. Natur och Kultur, Stockholm.

Freire, P. 1972. *Pedagogik för förtryckta*. Gummessons Kursiv, Stockholm.

Gabrielsen, E. 2014. *Det hjemløse menneske – en studie av sykdom og lidelse*. Doktorsavhandling. Åbo Akademis förlag, Åbo.

Gadamer, H-G, 1972. *Wahrheit und Methode. Grundzüge einer philosophischen Hermeneutik*. 3:e. Utgåvan. J.C.B. Mohr, Tübingen.

Gadamer, H-G. 1977. *Philosophical Hermeneutics*. First paperback edition. University och California press, Berkeley and Los Angeles.

Gadamer, H-G. 1989. *Truth and Method*. 2:a reviderade upplagan. The Continuum Publishing Group, New York.

Gadamer, H-G. 1996. *Truth and Method*. First edition 1960. Second revised edition. Third impression. Sheed and Ward, London.

Gadamer, H-G. 1996. *The enigma of Health. The art of Healing in a Scientific Age*. Polity Press, Cornwall.

Gadamer, H-G. 1997. *Sanning och metod i urval*. Bokförlaget Daidalos AB, Göteborg.

Gadamer, H-G. 1999. *Truth and Method*. (Originaltitel: "Wahrheit und Methode". Övers. Weinsheimer, J. & Marshall, D.G. 2:a reviderade upplagan.) The Continuum Publishing Group, New York.

Gadamer, H-G. 2003. *Den gåtfulla hälsan. Essäer och föredrag*. (Originalalets titel: Über die Verborgenheit der Gesundheit, utgiven av Suhrkamp Verlag, Frankfurt am Main. Översättning T. Olsson). Daidalos, Göteborg.

Gustavsson, B. 1996. *Bildning i vår tid*. Wahlström & Widstrand, Stockholm.

Heidegger, M. 1992. *Varat och tiden*, del I. (Org. Sein und Zeit). Daidalos AB, Göteborg.

Helander, B. H. 1999. *Enheten i mångfalden enligt Nicolaus Cusanus*. Norma bokförlag, Skellefteå.

- Henderson, P. D., Gore, S. V., Davis, B. L. & Condon, E. H. 2003. African American women coping with breast cancer: a qualitative analysis. *Oncology Nursing Forum*, 4 (30), 641–647.
- Hilli, Y. 2004. *Hemmet som vårdandets ethos*. Licentiatavhandling. Åbo Akademi, Vasa.
- Hilli, Y. 2007. *Hemmet som ethos*. Doktorsavhandling. Åbo Akademis förlag, Åbo.
- Hughes, N., S., Closs, J. & Clark, D. 2009. Experiencing Cancer in Old Age: A qualitative Systematic Review. *Quality Health Research*, 19(8), 1139–1153.
- Hung-Ru, L. 2008. Searching for Meaning: Narratives and Analysis of US-Resident Chinese Immigrants With Metastatic Cancer. *Cancer Nursing*, 31(3), 250–258.
- Jansson, T. 1960. *Vem ska trösta knyttet*. Utgåva 4. Alfabeta Förlag, Stockholm.
- Jor, F. 1955. *Søren Kierkegaard: Det levda livets tänkare*. Svenska Kyrkans Diakonistyrelsens Bokförlag, Stockholm.
- Juvakka, T. & Kylmä, J. 2009. Hope in adolescents with cancer. *European Journal of Oncology Nursing*, 13(3), 193–199.
- Kasén, A. 2002. *Den vårdande relationen*. Doktorsavhandling. Åbo Akademi, Vasa.
- Kasén, A. & Sivonen, K. 2007. I: Gryning III. Vårdvetenskap och hermeneutik. Red. Eriksson, K., Lindström, U. Å., Matilainen, D. och Lindholm, L. Åbo Akademi, Institutionen för vårdvetenskap, Vasa
- Kelley, M. M. & Chan, K. T. 2012. Assessing the role of attachment to God, meaning, and religious coping as mediators in the grief experience. *Death Studies*, 36(3), 199–227.
- Kenne Sarenmalm, E., Thorén-Jönsson, A-L, Gaston-Johansson F. & Öhlén J. 2009. Making Sense of Living Under the Shadow of Death: Adjusting to a Recurrent Breast Cancer Illness. *Quality Health Research*, 19(8), 1116–1130.
- Kierkegaard, S. 1847. *Kärlekens gerningar. Några christliga betraktelser i form af tal. Första Serien. Efter andra danska upplagan på svenska af Gustaf Thomée*. Hörbergska boktryckeriet, Stockholm.
- Kierkegaard, S. 1892. *Kristliga tal*. W. Schoultz, Upsala.
- Koskinen, C. & Lindström, U. Å. 2013. Hermeneutic reading of classic texts. *Journal of Scandinavian Caring Sciences*, 27(3), 757–764.

- Kvale, S. & Brinkmann, S. 2009. *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Studentlitteratur, Lund.
- Kulla, G., Sarvimäki, A., Fagerström, L. 2006. Health resources and health strategies among older Swedish-speaking Finns – a hermeneutic study. *Scandinavian Journal of Caring Science*, 20(1), 51–57.
- Kyngäs, H., Mikkonen, R., Nousiainen E.-M., Ryttilähti, M., Seppänen P, Vaattovaara R. & Jämsä T. 2001. *European Journal of Cancer Care*, 10(1), 6–11.
- Larsson, S. 1994, I: Starrin B. & Svensson P-G, *Kvalitativ metod och vetenskapsteori*. Studentlitteratur, Lund, 163–190.
- Lassander, J. 2007. *Den hälsobringande relationen – en hermeneutisk studie kring det hälsobringande i vårdandet vid hälsogranskningar*. Pro gradu avhandling. Enheten för vårdvetenskap, Åbo Akademi, Vasa.
- Lassenius, E. 2005. *Rummet i vårdandets värld*. Doktorsavhandling. Institutionen för vårdvetenskap, Åbo Akademi, Åbo.
- Lindholm, L. 1998. *Den unga människans hälsa och lidande*. Acta Caritatis Academiae Aboensis. Doktorsavhandling. Åbo Akademi, Vasa.
- Lindholm, L. 2000. Livet och döden i den unga människans vardande. I: Eriksson, K. & Lindström, U.Å. (red.). *Gryning. En vårdvetenskaplig antologi*. Institutionen för vårdvetenskap, Åbo Akademi, Vasa, 61–75.
- Lindström, U. & Lindholm, L. 2003. *Kontext och meningssammanhang*. I: Eriksson, K. & Lindström, U. (red.) *Gryning II. Klinisk vårdvetenskap*. Institutionen för vårdvetenskap, Åbo Akademi, Vasa, 35–45.
- Lindström, U.Å., Nyström, L.L. & Zetterlund, J.E. 2014. Katie Eriksson. Theory of caritative caring. In: Alligood, M.R. ed. *Nursing Theorists and Their work*. 8th ed. Elsevier Mosby, St. Louis, Missouri, USA, 171–201.
- Lindqvist, M. 1995. *Mieli vai tarkoitus*. Otava, Helsingfors.
- Lohne, V. 2008. The Battle Between Hoping and Suffering. A conceptual Model of Hope Within a Context of Spinal Cord Injury. *Advances in Nursing Science*, 31(3), 237–248.
- Lundman B., Alex L, Jonsen E., Lövhelm H., Santamaki Fischer R., Strandberg G. & Norberg A. 2012. Inner Strenght in Relation to Functional Status, Disease, Living Arrangements, and Social Relationships Among People Aged 85 Years and Older. *Geriatric Nursing Mosby - Year Book, Inc., Mosby*. 33(3), 167–176.

- Lundman, Aléx, Jonsén, Lövhelm, Norberg, Nygren, Santamäki Fischer, Strandberg. 2010. Inner strength – A theoretical analysis of salutogenic concepts. *International Journal of Nursing Studies*, 47(2), 251–260.
- Martinsen, K. 2009. Evidens – begrensende eller opplysende? I: Martinsen, K & Eriksson, K. red. *Å se og Å innse. Om ulike former for evidens*. Akribe AS, Oslo. 81–170.
- Mayeroff, M. 1971. *On Caring*. Harper Perennial, New York.
- Merton, T. 1963. *Liv och helighet*. Bokförlaget Libris, Örebro.
- Merton, T. 1980. *Vägen till kontemplation*. Artos förlag, Helsingborg.
- Murray, S. A, Kendall M., Boyd K., Worth A. & Benton T. F. 2004. Exploring the spiritual needs of people dying of lung cancer or heart failure: A prospective qualitative interview study of patients and their careers. *Palliative Medicine*, 18(1), 39–45.
- Nilsson, B. 2004. *Savnets tone i ensomhetens melodi. Ensomhet hos aleneboende personer med alvorlig psykisk lidelse*. Samhälls- och vårdvetenskapliga fakulteten. Åbo Akademis förlag, Åbo.
- Norberg A., Bergsten, M. & Lundman B. 2001. A model of consolation. *Nursing Ethics*, 8(6), 544–553.
- Norberg, A. 2001. Consoling care for people with Alzheimer's disease or another dementia in the advanced stage. *Alzheimer's Care Quarterly*, 2(2), 46–52.
- Nordenstam, T. 1985. Förståelsens villkor. I: Josefsson, I (red). *Språk och erfarenhet*. Carlsson Bokförlag AB, Stockholm, 113–134.
- Nurminen, M. 2009. *Tid och det tidlösa i tiden. En framflytande vårdvetenskaplig teorigestaltning*. Doktorsavhandling. Åbo Akademis Förlag, Åbo.
- Nygren B., Norberg A. & Lundman, B. 2007. Inner Strength as Disclosed in Narratives of the Oldest Old. *Qualitative Health Research*, 17(8), 1060–1073.
- Nåden, D. & Saeteren, B. 2006. Cancer Patients' Perceptions of Being or Not Being Confirmed. *Nursing Ethics*, 13(3), 222–235.
- Nåden, D. & Eriksson, K. 2002. Encounter: a fundamental category of nursing as an art. *International Journal of Caring*. 6(1), 34–40.

Näsman, Y. 2010. *Hjärtats vanor, tankens välvilja och handens gärning. Dygd som vårdetiskt grundbegrepp*. Doktorsavhandling. Åbo Akademis Förlag, Åbo.

Parry D. C., Glover, T. D. 2010. Dignity, Hope, and Transcendence: Gilda's Club as Complementary Care for Cancer Survivors. *Journal of Leisure Research*. 42(3), 347–364.

Rehnsfeldt, A. 1999. *Möte med patienten i ett livsavgörande skeende*. Doktorsavhandling. Åbo Akademi, Vasa.

Rehnsfeldt, A. 2000. *Skapande av livsmening i gemenskap i ett livsavgörande skeende*. I: Eriksson, K. & Lindström, U. (red.) *Gryning. En vårdvetenskaplig antologi*. Institutionen för vårdvetenskap, Åbo Akademi, Vasa, 95–116.

Rehnsfeldt, A. 2007. *Vårdvetenskap och hermeneutik*. I: Eriksson, K. (red.) & Lindström, U.Å. (red.) *Gryning III*. Institutionen för vårdvetenskap, Åbo Akademi, Vasa, 85–96.

Reker, G.T., Peacock E.J. & Wong P.T. 1987. Meaning and purpose in life and well-being: a lifespan perspective, *Journal of Gerontology*. 42(1), 44–49.

Rodhe, E. 1936. *Ur sjukvårdens etik*. Tredje upplagan. Svensk sjukskötersketidnings förlag, Stockholm.

Roux, G., Dingley, C., & Bush, H. 2002. Inner strength in women: Metasynthesis of qualitative findings in theory development. *Journal of Theory Construction and Testing*, 4(2), 36–39.

Rosengren, A-L. 2009. *Hälsans grund kan bara hjärtat förstå*. Doktorsavhandling. Åbo Akademis Förlag, Åbo.

Roxberg, Å. 2005. *Vårdande och icke-vårdande tröst*. Doktorsavhandling. Åbo Akademis Förlag, Åbo.

Roxberg Å., Brunt, D., Rask, M & Barbosa Da Silva A. 2013. Where Can I Find Consolation? A Theoretical Analysis of the Meaning of Consolation as Experienced by Job in the *Book of Job* in the Hebrew Bible. *Journal of Religious Health*. 52(1), 114–127.

Rundqvist, E. 2004. *Makt som fullmakt. Ett vårdvetenskapligt perspektiv*. Doktorsavhandling. Åbo Akademi Förlag, Åbo.

Rykkje, L. L. R., Eriksson, K. & Raholm, M-B. 2012. Spirituality and caring in old age and the significance of religion – a hermeneutical study from Norway. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 27(2), 275–284.

- Rykkje, L. 2014. *Kjærlighet i forbundenhet – en kraft i gamle menneskers åndelighet og verdighet*. Doktorsavhandling. Åbo Akademis förlag, Åbo.
- Råholm, M-B. & Eriksson, K. 2001. Call to life: Exploring the Spiritual Dimension as a Dialectic Between Suffering and Desire Experienced by Coronary Bypass Patients. *International journal for Human Caring* 5(1), 14–20.
- Råholm, M-B. 2003. *I kampens och modets dialektik*. Doktorsavhandling. Åbo Akademi Förlag, Åbo.
- Råholm, M-B. 2013. Opublicerat material. *Muntlig föreläsning om abduktion vid Åbo Akademi. Forskarkurs i Vasa 26.3.2013*.
- Saarelainen, S. 2012. Positive Adjustment to Cancer – Meaning of Inner Design and External Support. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 45, 54–64.
- Saeteren, B. 2006. *Kampen för livet i vemodets slør. Å leve i spenningsfeltet mellom livets mulighet og dødens nødvendighet*. Doktorsavhandling. Åbo Akademis förlag, Åbo.
- Selander, G. 2014. *Glädje i vårdandets värld*. Doktorsavhandling. Åbo Akademis förlag, Åbo.
- Sivonen, K. 2000. *Vården och det andliga. En bestämning av begreppet 'andlig' ur ett vårdvetenskapligt perspektiv*. Doktorsavhandling. Åbo Akademis förlag, Åbo.
- Starrin, B. & Renck, B. 1996. Den kvalitativa intervjun. I: Starrin, B. & Svensson, P-G, *Kvalitativa studier i teori och praktik*. Studentlitteratur, Lund, 52–78.
- Strandmark, M. K. 2004. Ill health is powerlessness: a phenomenological study about worthlessness, limitations and suffering. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 18(2), 135–144.
- Strandmark, M. K. 2007. The concept of health and health promotion. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 21(1), 1–2.
- Strang, S. & Strang P. 2001. Spiritual thoughts, coping and 'sense of coherence' in brain tumour patients and their spouses. *Palliative Medicine*, 15(2), 127–134.
- Söderlund, M. 2004. *Som drabbad av en orkan. Anhörigas tillvaro när en närstående drabbas av demens*. Doktorsavhandling. Åbo Akademis förlag, Åbo.
- Thielst, P. 1994. *Man förstår livet baklänges – men måste leva det framlänges. Historien om Søren Kierkegaard*. Rabén & Sjögren, Stockholm.

Thorkildsen, K. M., Eriksson, K. & Råholm, M-B. 2012. The substance of love when encountering suffering: an interpretative research synthesis with an abductive approach. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 27(2), 449–459.

Thuné-Boyle, I. C. V., Stygall, J., Keshtgar, M. R. S., Davidson, T. I. & Newman, S. P. 2012. Religious/spiritual coping resources and their relationship with adjustment in patients newly diagnosed with breast cancer in the UK. *Psycho-Oncology*, 22(3), 646–658.

Tibus, B. & de Souza. 2011. Finding Meaning in the Loss of a Child: Journeys of Chaos and Quest. *Health Communications*, 26(5), 450–460.

Tillich, P. 1982. *Modet att vara till*. Studentlitteratur, Lund.

Tranströmer, T. 1989. *För levande och döda*. Albert Bonniers Förlag, Stockholm.

Vikström, B. 2005. *Den skapande läsaren. Hermeneutik och tolkningskompetens*. Studentlitteratur, Lund.

Walter, G. 2000. *Bonniers synonymordbok*. Albert Bonniers Förlag, Stockholm.

Warnke, G. 1993. *Hans-Georg Gadamer. Hermenetik, tradition och förnuft*. Daidalos, Göteborg.

Wiklund, L. 2000. *Lidandet som kamp och drama*. Doktorsavhandling. Åbo Akademis förlag, Åbo.

Wiklund, L. 2008. Existential aspects of living with addiction – Part II: caring needs. A hermeneutic expansion of qualitative findings. *Journal of Clinical Nursing*, 17(18), 2435–2443.

Wikström, O. 1993. *Om heligheten. Helighetens envisa vägran att försvinna. Religionspsykologiska perspektiv*. Natur och Kultur, Stockholm.

Wikström, O. 2003. Musik och mystik hos Marcel Proust – religionspsykologiska perspektiv på litterära texter. I: Reinhold Bråkenhielm, C. & Pettersson, T, T. (red.) *Att fånga världen i ord. Litteratur och livsåskådning – teoretiska perspektiv*. Artos & Norma bokförlag, Skellefteå.

Wikström, O. 2004. *En liten vägledning till Nåden*. Bokförlaget Cordia AB, Örebro.

Wikström, O. 2007. *Det bländande mörkret. Att upptäcka den stora glädjen*. Libris förlag, Örebro.

- Williams, B. J. 2012. Self-Transcendence in Stem Cell Transplantation Recipients: A Phenomenologic Inquiry, *Oncological Nursing Forum*, 39(1), E41–E48.
- Wu, L-M., Chin, C-C., Haase J. E. & Chen C-H. 2009. Coping with experiences of adolescents with cancer: a qualitative study. *Journal of advanced nursing*, 65(11), 2358–2366.
- Wärnå, C. 2002. *Dygd och hälsa*. Doktorsavhandling. Åbo Akademis förlag, Åbo.
- Yong, J. Kim, J, Han, S. S. & Pulachski, C. M. 2008. Development and validation of a scale assessing spiritual needs for Korean patients with cancer. *Journal of Palliative Care*. 24(4), 240–246.
- Ödman, P-J. 2007. *Tolkning, förståelse, vetande. Hermeneutik i teori och praktik*. Andra upplagan. Norstedts Akademiska Förlag, Finland.

Vårdvetenskapliga axiom och teser

Axiomen⁷³¹ lyder enligt följande:

1. Människan är i grunden enheten kropp, själ och ande.
2. Människan är i grunden religiös.
3. Människan är i grunden helig. Människans värdighet innebär att inneha det mänskliga ämbetet, att tjäna i kärlek, att finnas till för den andra.
4. Gemenskap är grunden för allt mänskligt liv. Människan är i grunden interrelaterad till en abstrakt eller en konkret annan i gemenskap.
5. Vårdande är till sitt väsen något naturligt d.v.s. kallet att tjäna i kärlek.
6. Lidande är en oskiljaktig del av livet. Lidande och hälsa utgör varandras förutsättningar.
7. Hälsa är mer än frånvaro av sjukdom. Hälsa innebär helhet och helighet.
8. Människan lever i en verklighet som bär mysteriets, oändlighetens och evighetens kännetecken.

Teserna⁷³² lyder enligt följande:

1. Ethos ger den yttersta meningen åt det vårdande sammanhanget.
2. Vårdandets grundmotiv utgörs av caritasmotivet.
3. Vårdandets grundkategori är lidande.
4. Vårdgemenskap utgör vårdandets meningssammanhang och har sitt ursprung i kärlekens, ansvarets och offrandets ethos d.v.s. en caritativ etik.
5. Hälsa innebär en rörelse i vardande, varande och görande mot enhet och helighet, vilket är förenligt med uthärdligt lidande.
6. Vårdandet är att i barmhärtighet, kärlek, tro och hopp lindra lidande. Det naturliga grundläggande vårdandet uttrycks genom att ansa, leka och lära i en vårdande relation som är asymmetrisk till sin natur.

⁷³¹ Lindström m.fl. (2014, 177)

⁷³² Lindström, m.fl. (2014, 177)

Korsholm 1.3.2011

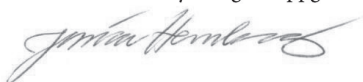
Till etiska nämnden vid Åbo Akademi

Ansökan om tillstånd

Undertecknad anholder härmed om den etiska nämndens tillstånd att under år 2011 få genomföra intervjuer med personer kring temat hälsa. Den föreliggande vårdvetenskapliga doktorsavhandlingen har som syfte att forma ny kunskap och förståelse för människors upplevelser av vägen till hälsa efter ett svårt personligt lidande (se bilagan "forskningsplan").

Datainsamlingsmetoden kommer att utgöras av intervjuer med personer som genomgått ett svårt personligt lidande och återfått hälsa. Ifall tillstånd beviljas planeras 8–10 intervjuer. Etiken intar en central roll i forskningsprojektet och de etiska forskningsprinciperna⁷³³ har beaktats i forskningens alla skeden (se bilagan "forskningsplan"). De mest kritiska etiska momenten i forskningsprojektet är tveklöst intervjustudien, som riktar sig till forskningspersoner som genomgått ett svårt personligt lidande. Tanken beträffande urval av forskningspersoner är att de kommer att handplockas av forskaren själv, eftersom jag vill försäkra mig om att personerna som väljs ut verkligen har kommit vidare ur sitt lidande och återfått hälsa. Forskaren är även mån om att forskningspersonerna som utväljs har funderat kring sitt lidande och sin hälsa samt att de själva har haft intresse av att dela med sig av sina erfarenheter på ett eller annat sätt. Tilltänkta sätt för att nå dessa forskningspersoner är således människor som redan har presenterat sin historia i media eller bloggar om sig själva och det lidande som de varit med om. Forskaren kommer att kontakta personerna var för sig per telefon/e-post och presentera studien samt sända informationsbrevet förfrågan om deltagande åt dem. Därefter är det upp till forskningspersonerna själva att bestämma huruvida de vill medverka och de kan kontakta forskaren på basen av de kontaktuppgifter som framgår av informationsbrevet som de fått. Forskarens forskningsetik sätts på prov i synnerhet under intervjuerna, där forskningspersonerna ombeds berätta om känsliga aspekter ur sitt liv. Ett etiskt förhållningssätt blir essentiellt för att inte skada eller orsaka psykisk olägenhet hos forskningspersonerna genom de frågor som ställs. Det är av yttersta vikt att forskningspersonerna bemöts med respekt och att deras självbestämmanderätt beaktas och betonas. Forskarens beredskap och färdigheter att dels välja forskningspersoner som uppfyller kriterierna samt dels för att genomföra intervjun samt samtidigt se till att gå varsamt fram med tanke på de känsliga temaområdena som behandlas är goda eftersom jag själv arbetat med patienter under flera års tid både som hälsovårdare och företagshälsovårdare. Forskningen består av fyra olika skeden varav intervjustudien utgör den tredje delstudien i min doktorsavhandling. Handledare för doktorsavhandlingen är docent Lisbet Nyström och professor Katie Eriksson vid Åbo Akademi, Socialvetenskapliga institutionen, (Enheten för vårdvetenskap) Vasa.

Vid behov kan ytterligare uppgifter insändas.



Jessica Hemberg

forskarstuderande/HVM, företagshälsovårdare

Socialvetenskapliga institutionen, Enheten för vårdvetenskap, Åbo Akademi

Tfn 050-3395688

e-post: jessica.hemberg@abo.fi

⁷³³ Forskningsetiska delegationen (2002; 2009)



FORSKNINGSETISKA NÄMNDEN

UTLÅTANDE

Forskning: "Hälsans ethos - den eviga källan"
Forskare: Forskarstuderande Jessica Hemberg, Socialvetenskapliga institutionen,
Enheten för vårdvetenskap

Åbo Akademis forskningsetiska nämnd har bekantat sig med forskningsplanen för projektet och konstaterar följande:

Enligt ansökan om etiskt tillstånd iakttas vid genomförandet av forskningen de av Forskningsetiska delegationen (Helsingfors 2009) fastställda etiska riktlinjer och principer för humanistisk, samhällsvetenskaplig och beteendevetenskaplig forskning. Principen om informerat samtycke hos intervjupersonerna iakttas och integritets- och dataskydd kan garanteras. Studierna bedöms inte medföra några skador för deltagarna.

Nämnden har inget att invända mot att denna forskning genomförs enligt planerna.

Åbo den 9 juni 2011


Prof. Tage Kurtén, ordförande


Jurist Anna-Kaisa Byman, sekreterare

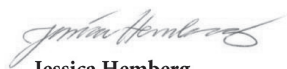
Förfrågan om deltagande i en forskning om hälsa

Bästa mottagare

Detta informationsbrev är en förfrågan till Dig om Du vill delta i en intervjustudie gällande hälsa och närmare bestämt vägen till hälsa efter ett svårt lidande. Intervjustudien ingår som en del av min doktorsavhandling i vårdvetenskap vid Socialvetenskapliga institutionen, Åbo Akademi, Vasa. Handledare för forskningen är docent Lisbet Nyström och professor Katie Eriksson. Etiska nämnden vid Åbo Akademi har förordat forskningen. Material samlas in genom intervjuer med personer som varit med om ett svårt lidande. Om Du kan tänka Dig att bidra till denna studie genom att delge Dina tankar i en intervju kan Du kontakta mig per e-post eller telefon så bokar vi in en tid för samtal. Vi kommer gemensamt överens om plats och tid för genomförande av intervjun. Samtalet kommer att handla om Dina upplevelser av hur Du kom ur ditt lidande och vad som gjorde att du återfick hälsa. Dina tankar kommer att vara värdefulla för att stöda forskningen vars syfte är att fördjupa och nyansera förståelsen av hälsa. Samtalet beräknas ta 30-90 minuter och Du behöver inte förbereda Dig på förhand. Samtalet kommer att spelas in, med Din tillåtelse. Inspelningen behövs för att kunna återge Dina uttalanden så exakt som möjligt. Det inspelade materialet kommer att skrivas ned till text i sin helhet och bevaras inlåst under forskningens gång. Endast forskaren har tillgång till det inlåsta materialet. Inspelningen och den nedskrivna texten från intervjun används endast för forskningens ändamål och kommer att förstöras när forskningen är klar. Den nedskrivna texten kan under forskningsprocessen även läsas av handledarna.

Observera att det är helt frivilligt att delta i den här studien. Detta innebär att Du kan välja att avbryta ditt deltagande i studien precis när som helst – före eller under intervjuns gång. Allt du säger behandlas konfidentiellt, vilket innebär att Dina uttalanden inte på något sätt kommer att kunna kopplas till Dig som person. Forskaren har tystnadsplikt och är den enda person som har tillgång till det inspelade materialet. Inga namn eller övriga kännetecken som kunde förknippas med Dig kommer att framgå i den slutliga resultatredovisningen. För forskningens ändamål behövs Din underskrift för informerat samtycke till att delta i studien. Om du har frågor är det bara att kontakta mig.

Med vänlig hälsning



Jessica Hemberg

forskarstuderande/HVM

Åbo Akademi

Socialvetenskapliga institutionen

Enheten för vårdvetenskap

Tfn 050-3395688

E-post: jessica.hemberg@abo.fi

Lisbet Nyström

docent i vårdvetenskap/huvudhandledare

Åbo Akademi

Socialvetenskapliga institutionen

Enheten för vårdvetenskap

Samtycke till deltagande i studien

Härmed ger jag skriftligt mitt informerade samtycke till att frivilligt delta i den forskningsundersökning som forskarstuderande Jessica Hemberg utför kring hälsa och vägen till hälsa efter ett svårt lidande. Jag har fått information om undersökningens syfte och intervjustudien. Jag är medveten om delar av det jag har sagt vid intervjutillfället kan användas i den slutliga forskningsrapporten, utan att min identitet kan spåras. Jag vet också att mitt namn och övriga personuppgifter inte kommer att användas i något skede av forskningen. Jag har vid behov när som helst möjlighet att avbryta mitt deltagande. Jag har fått forskarstuderandens kontaktuppgifter, så att jag kan kontakta henne om jag vill. Det finns två kopior av denna blankett för samtycke till deltagande i studien, den ena kopian förblir hos mig och den andra hos forskarstuderande Hemberg.

_____._____. 2011
Ort Datum

Undersökningspersonens underskrift

Jessica Hemberg, forskarstuderande/HVM

Intervjuguide

Muntlig kort information till forskningspersonen inför intervjun:

- Under intervjun har forskaren uppställt en rad färdiga frågor som intervjun kommer att utgå ifrån. Under intervjuns gång kan forskaren ställa följdfrågor eller be om förtydliganden gällande forskningspersonens svar. Nya intervjufrågor kan därmed formuleras under intervjun.
- Forskaren önskar att forskningspersonen i egen takt försöker besvara frågorna, noggrant och ärligt.
- forskningspersonen kan när som helst avstå från att besvara en fråga eller välja att avbryta intervjun om han/hon önskar.
- Deltagande i denna intervju är konfidentiell. Allt som sägs i det här rummet stannar innanför dessa väggar och allt inspelat material används endast för forskning. Det inspelade materialet kommer att förstöras efter att forskningen är klar.
- Målsättningen är att intervjun får pågå så ostört som möjligt och utan avbrott från början till slut.
- Det är önskvärt att mobiltelefoner är avstängda.

Intervjun inleds

Bakgrundsinformation - frågor till forskningspersonen:

1. Ålder och kön
2. Civilstånd
3. Berätta kort om dig själv. Varifrån kommer du, bakgrund?
4. Hur var din uppväxt? Finns det betydande upplevelser/händelser från barndoms- eller tonårstiden som du tror/eller upplever att speciellt mycket format dig till den du är idag?
5. Hur skulle du beskriva dig själv som person?
6. Nämn kort vad som är viktigt för dig i livet?
7. Nämn kort vad hälsa innebär för dig?

Bakgrunden till lidandet/lidandets uppkomst – besvaras kort

1. Nämn kort vilken typ av lidande du har haft och ungefär hur länge det varade?
2. Beskriv kort ditt liv innan lidandet kom med i bilden.
3. Nämn kort vilka faktorer/händelser ledde fram till eller utlöste ditt lidande?

Beskrivning av lidandet/lidandets kamp

1. Kan du berätta hur Ditt lidande började?
2. Försök minnas tillbaka, kan du beskriva hur du mådde då du led som allra mest? Hur såg vardagarna ut, vilka tankar hade du? → ~~kränkning~~ *kränkning av den egna värdigheten?*
3. Hur upplevde du och såg du på dig själv i ditt djupaste lidande? Tyckte du att du svek dig själv på något sätt? → *självbedrägeri, egocentrering?*

Bilaga 6. 2(2)

4. Längtade du efter något i ditt djupaste lidande? ~~Begäret eft.~~ → ~~frihet, andningspaus, vila från det kaotiska?~~
5. Kan du säga om det fanns vändpunkter i ditt lidande, dvs. fanns det någon konkret aspekt som gjorde att en vändpunkt kom, då du kunde börja gå mot hälsa igen? → ~~tvivel, hopplöshet, livets mörkaste mörker?~~
6. Sökte hjälp/eller fick hjälp av någon/något?
7. Har du i efterhand funderat vad det manne var som fångade upp dig på ett djupare plan i det lidande du befann dig i så att du kunde nå en vändpunkt och börja gå mot hälsa igen? → ~~längtan, närhet till abstrakt annan? Evigheten?~~

Vägen mot hälsa – kraftkällan i fokus

8. Blev du tvungen att offra någonting hos dig själv för att kunna påbörja vandringen igen mot hälsa? → ~~stillhet~~
9. Vad tror du, det var som berörde dig (på djupet som människa) ~~helighet/gemenskap/förbund med evigheten?~~, som gjorde att du nådde vändpunkten? (Vad var det du möttes av?) → ~~evigheten?~~
10. Hur gick det till när du nådde vändpunkten? Vilken upplevelse hade du inför det som berörde dig på djupet? Vad var ”det nya” som föddes inom dig som inte hade funnits där tidigare och hur formade det dig, så att du kunde genomgå ditt lidande och vandra mot hälsa? → ~~tro, hopp, kärlek?~~

Bevarandet av hälsan under tillfrisknandet

11. Hur lyckades du återvända till ”detta nya” (~~dessa kraftkällor~~) gång på gång under tiden du tillfrisknade då bitar av ditt lidande ännu fanns kvar? → Vad tror du det var som gjorde det möjligt? → ~~evigheten, tro=outtömlig kraft?~~

Återigen hälsa - Livet efter lidandet – (fokus på vägen till hälsa/ kraftkällan)

12. Berätta om hälsan och hur livet förändrades efter att du kom dig ur lidandet?
13. Hur ser du på livet idag, med ditt lidande i bagaget? Har lidandet inverkat på din syn på livet, och på dig själv som människa? På vilket sätt i så fall?
14. Vad innebär hälsa för dig idag, med bakgrunden av det du genomgått i ditt liv?
15. Ser du livet som ändligt eller oändligt? Hur ser du på evigheten? Har din syn på livet/evigheten ändrat sig efter genomgången lidande, isåfall hur?
16. Använder du fortfarande dina ”kraftkällor” idag, trots att du inte längre befinner dig i ett svårt lidande? Hur får du tillgång till dem i så fall? Hur förhåller du dig till dem, vilken roll har de idag?
17. Av allt det du har sagt under intervjun, är det något som du särskilt vill lyfta fram och betona för att lära andra av det du varit med om? Är det något som har blivit osagt som du gärna ännu skulle vilja dela med dig?

Tabell över förslag till revidering av axiom samt tillägg till dem:

Axiom utifrån K. Eriksson (Lindström m.fl., 2014)	Förslag till revidering
4. Gemenskapen är grunden för allt mänskligt liv. Människan är i grunden interrelaterad till en abstrakt eller en konkret annan i gemenskap.	4. Kärleken är grunden för allt mänskligt liv och för gemenskap. Människan är förbunden med den abstrakta andra, den första kärleken, vilket utgör hennes väsen och är grunden för gemenskap med en konkret annan, självet och naturen. Kärleken är starkare än människan. (Föreslås få placering nummer 5)
6. Lidande är en oskiljaktig del av livet. Lidande och hälsa utgör varandras förutsättningar.	6. Lidande är en oskiljaktig del av livet. Lidande och hälsa utgör varandras förutsättningar. Lidande kan öppna för människans vardande i hälsa. (Föreslås få placering nummer 7)
7. Hälsa är mer än frånvaro av sjukdom. Hälsa innebär helhet och helighet.	7. Hälsa är människans naturliga form. Hälsa innebär enhet och helhet. Det heliga och eviga skapar enhet. (Föreslås få placering nr 8)
8. Människan lever i en verklighet som bär mysteriets, oändlighetens och evighetens kännetecken.	8. Människan lever i en verklighet som bär mysteriets, oändlighetens och evighetens kännetecken, där livet självt utgör hennes hem. (Föreslås få placeringen nummer 4)

Axiomen kunde efter revideringen eller tilläggen lyda:

1. Människan är i grunden enheten kropp, själ och ande.
2. Människan är i grunden religiös.
3. Människan är i grunden helig. Människans värdighet innebär att inneha det mänskliga ämbetet, att tjäna i kärlek, att finnas till för den andra.
4. Människan lever i en verklighet som bär mysteriets, oändlighetens och evighetens kännetecken, där livet självt utgör hennes hem.
5. Kärleken är grunden för allt mänskligt liv och för gemenskap. Människan är förbunden med den abstrakta andra, den första kärleken, vilket utgör grunden för gemenskap med en konkret annan, självet och naturen. Kärleken är starkare än människan.
6. Vårdande är till sitt väsen något naturligt dvs. kallet att tjäna i kärlek.
7. Lidande är en oskiljaktig del av livet. Lidande och hälsa utgör varandras förutsättningar. Lidande kan öppna för människans varande i hälsa.
8. Hälsa är människans naturliga form. Hälsa innebär enhet och helhet.

Tabell över förslag till revidering av teser eller tillägg:

Tesar utifrån K. Eriksson (Lindström m.fl., 2014)	Förslag till revidering
5. Hälsa innebär en rörelse i vardande, varande och görande mot enhet och helighet, vilket är förenligt med uthärdligt lidande.	5. Hälsa innebär en rörelse i vardande, varande och görande mot enhet och helighet, vilket är förenligt med uthärdligt lidande. Lidandet kan uppväcka den inre längtan som skapar rörelsen. Lidandet är avgörande för vändningen mot ett vardande i hälsa. Vardandet förutsätter en samtida rörelse där människan utövar sitt mänskliga ämbete genom att älska nästan (dvs. älskar och ger kärlek genom konkreta handlingar).
7. <i>Har inte tidigare funnit någon tes om detta.</i>	7. Kärleken till nästan är grunden för människans vardande i hälsa.

Jessica Hemberg

Livets källa kärleken – hälsans urkraft

Människan finns till i en verklighet som bär på en mystik som både lockar och skrämmer. Hennes existens innebär en dynamisk tillvaro mellan mörker och ljus, lidande och hälsa. Hennes väsen, som har ett ursprung i den eviga och gåtfulla urkällan till kraft, sammanfaller med frågan om hälsans väsen. Människan har en ontologisk inre dragning tillbaka till sitt ursprung, sitt ontologiska väsen, som ruvar på den fördolda källan till potentiellt förnyad livskraft.

Hälsans ethos, människans innersta väsen, hennes kraftkälla och möjlighet till livskraft är i blickfånget i denna vårdvetenskapliga studie. Den hermeneutiska läsningen av texter skapade av Kierkegaard och Wikström samt texter från intervjuer med forskningspersoner som genomlevt ett personligt lidande men återfått hälsa påvisar genom tolkning på nya och oanade horisonter av förståelse för människans hälsa och hennes väg till källan av kraft och liv.

Livet självt och dess mysterium framträder som den kraftskapande enhet som formar källan till kraft. Människans kraftkälla är kärleken, livets kärna och ursprung. Utifrån sitt förbund med evigheten får kraftkällan, kärleken, sin eviga glöd. Kärleken som en förenande länk mellan det timliga och det eviga, ger människan kraft i vardagen. Hälsans substans är kärleken, där även tro och hopp är ingjutna genom en treenighet, vilken skapar förutsättning för källans vara och möjliggör dess tillägnelse. Men kraftkällan ställer krav. Uppfordran är att människan genom sin litenhet och svaghet ska låta sig omslutas av lidandets mörker för att upptäcka ljuset från källan. Att bejaka källan förutsätter frihet och vilja trots medvetenhet om skuld och skam. Tillägnelse av kraft går via en skapande akt. I skönhetens och glädjens ljus uppenbaras kraftkällan. Genom människans förbund i gemenskap till en abstrakt annan, den första kärleken, kan hon tillägna sig kraft. Tillägnelsen av kraft sker när livet blir människans hem. Kärleken till nästan är den bärande substansen i människans vardande i hälsa som förutsätter ett samtida görande där hon utövar sitt mänskliga ämbete genom handlingar grundade i de toner som hennes ethos spelar upp.

ISBN 978-951-765-788-4



9 789517 657884